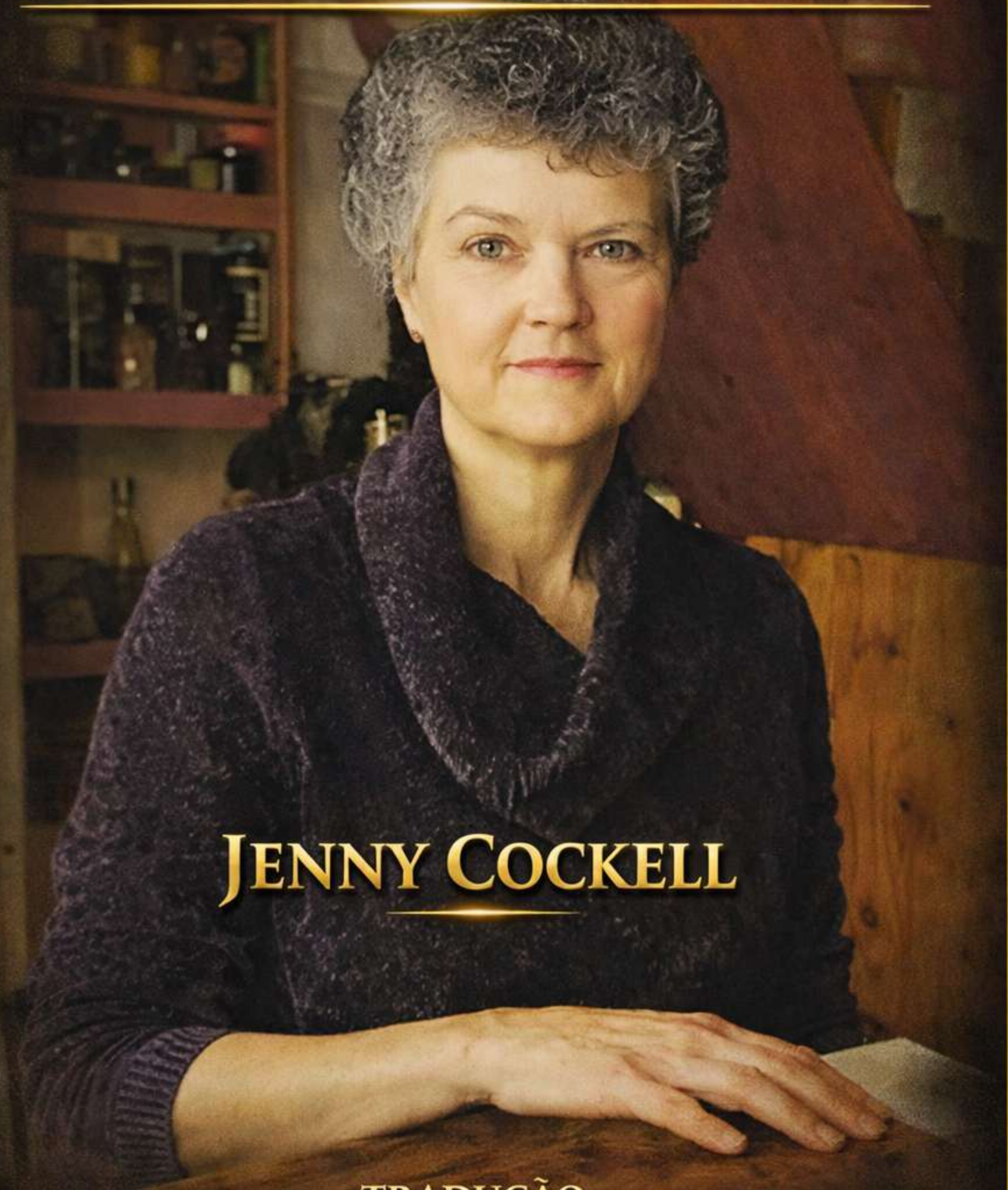
Vidas Passadas, Vidas Futuras



Jenny Cockell

Tradução:
Amadeu António

VIDAS PASSADAS, VIDAS FUTURAS

JENNY COCKELL

Índice

Prefácio Introdução
CAPÍTULO 1 Peças de Construção
CAPÍTULO 2 Visões do Passado e do Futuro
CAPÍTULO 3 Assuntos Pendentes
CAPÍTULO 4 Vidas Passadas Recuperadas
CAPÍTULO 5 Entre o Céu e o Mar
CAPÍTULO 6 Escolher Regressar
CAPÍTULO 7 Precognição
CAPÍTULO 8 Nadia, a Criança de Amanhã
CAPÍTULO 9 A Busca por Nadia
CAPÍTULO 10 Viver no Futuro
CAPÍTULO 11 O Nosso Futuro Planetário
CAPÍTULO 12 O Jardim Mágico

Prefácio

Nota da editora britânica sobre Jenny Cockell

Publicámos o primeiro livro de Jenny Cockell, *Yesterday's Children*, em 1993, e rapidamente se tornou um *bestseller* em todo o mundo. Leitores na América (onde foi publicado sob o título *Across Time and Death*), França, Alemanha, Itália, Espanha, Holanda, Suécia, Noruega e Dinamarca ficaram todos maravilhados e cativados pelo livro e pela sua mensagem.

Acredita-se que a história de Jenny seja uma das provas mais poderosas da existência da reencarnação. Foi acolhida entusiasticamente pela rádio e televisão em todo o lado e é agora mencionada regularmente em livros e artigos sobre a vida após a morte.

Across Time and Death é também um exemplo supremo do amor de uma mãe que supera obstáculos insuperáveis. Desde a infância, Jenny sentia que já tinha vivido antes. Acreditava ser uma irlandesa chamada Mary que tinha morrido na década de 1930. Jenny vivia com um profundo

sentimento de culpa porque sabia que tinha abandonado os seus "filhos" antes de terem idade suficiente para cuidarem de si próprios.

O seu livro traça a sua busca por provas da sua vida anterior e pelos filhos que tinha deixado para trás. Enquanto o escrevia, Jenny conheceu um dos seus "filhos", Sonny, agora na casa dos setenta anos. Mas foi apenas após a publicação que ela conseguiu encontrar a casa real em Malahide, nos arredores de Dublim, onde Mary Sutton tinha vivido, e reunir o resto dos filhos, que tinham sido separados após a morte de Mary. Foi através da perseverança de Jenny e da cobertura mediática gerada pelo seu livro que a família se reuniu.

Esperamos que goste de ler *Past Lives, Future Lives*, e que queira ler *Across Time and Death*. A Jenny é uma pessoa corajosa e sincera, com poderes extraordinários. Estamos orgulhosos e encantados por sermos os seus editores.

Judy Piatkus *Londres, 1996*

Introdução

Embora este seja o meu segundo livro, não é inteiramente uma sequela do primeiro. De muitas formas, é o livro que sempre quis escrever e para o qual recolhi informações ao longo de muitos anos. Nele, espero reunir um sentido de continuidade do passado, presente e futuro, com base na minha experiência de memórias de vidas passadas e visões do futuro. O tempo não é apenas o presente, pois o presente é apenas uma fração minúscula da nossa existência. Somos mais do que os reflexos que vemos nos nossos espelhos, e muito mais do que as criaturas separadas e isoladas que podemos sentir que somos.

Desde a minha infância, tive memórias de outras vidas passadas, bem como sonhos premonitórios e vislumbres do futuro em estado de vigília. Uma das minhas vidas passadas em particular assombrava-me — a minha vida como Mary Sutton, uma mãe de oito filhos que morreu após o parto num hospital de Dublim em 1932. No meu livro *Yesterday's Children*, contei a história da minha busca pela família de Mary e como fui realmente capaz de localizar e conhecer alguns dos filhos de quem Mary foi separada na sua morte.

Também quando era uma criança muito pequena descobri que a maioria das pessoas é incapaz de se lembrar de vidas passadas. Porque para mim estas memórias pareciam bastante normais, acreditava que deviam ser uma experiência comum e fiquei chocada quando me apercebi de que a reencarnação não era aceite por todos. Também aprendi a não falar sobre as minhas outras experiências psíquicas e premonições, por medo de ser considerada "diferente".

Para mim, o efeito catártico de localizar a minha família de uma vida passada foi extremamente positivo. Foi como emergir para a luz após anos a caminhar nas sombras, e deu-me a motivação para investigar mais profundamente outras áreas da experiência psíquica, como a precognição.

Talvez devido à intensidade da concentração exigida na busca pela minha vida passada, ou talvez porque tinha desenvolvido uma maior consciência consciente da continuidade da alma através de muitas vidas, as minhas visões esporádicas do futuro deram um salto repentino e deixaram de estar restritas ao meu tempo de vida. Agora pareciam envolver-me numa vida futura. Numa altura em que ainda tentava localizar os filhos de Mary, dei por mim com uma sensação totalmente clara de mim mesma como uma criança no próximo século. Assim que completei a minha busca pelo passado, soube que tinha de começar a explorar o futuro.

Estava ciente de que esta nova busca seria difícil de explicar e ainda mais difícil de verificar, mas tal como me senti compelida a encontrar a família do meu passado, sabia que o futuro não podia ser ignorado, que tinha de investigar mais a fundo esta experiência extraordinária e obter uma compreensão mais clara. Este livro conta a história da minha investigação sobre o futuro, até ao século vinte e três.

Em qualquer visão precognitiva existem pistas, por mais ligeiras que sejam, que se relacionam com o ambiente circundante; estas incluem condições gerais de vida, estrutura social e eventos no mundo em geral. Juntando os meus próprios vislumbres do futuro, encontrei características consistentes suficientes para ser capaz de ter uma visão global a partir dos fragmentos disponíveis, uma visão que estou agora a partilhar com outros.

Confiamos na nossa perceção para fornecer uma imagem de tudo o que nos rodeia. Os nossos sentidos criam uma janela para o mundo exterior, e o que experimentamos subjetivamente cria a nossa visão da realidade. Pode ser uma surpresa descobrir que a nossa consciência nem sempre é idêntica à de outras pessoas. Numa sociedade em que o conformismo é recompensado desde a infância, qualquer pessoa cujas experiências não se conformem com a norma geralmente aceite pode ter medo de ser considerada diferente. Mas há mais na vida do que apenas o que podemos ver, tocar ou ouvir com os nossos sentidos comuns.

Provavelmente toda a gente já teve algumas experiências que dirigiram e afetaram o curso das suas vidas — talvez uma coincidência estranha que levou a uma mudança total de direção, ou um sentimento que avisa para evitar um determinado curso de ação que mais tarde se revela ter sido potencialmente prejudicial. A maioria destas ocorrências é atribuída à intuição, em vez de ser rotulada como "paranormal". No entanto, mais pessoas do que as que talvez gostariam de o admitir têm visões ocasionais sobre o futuro. Nas civilizações antigas, tais visões eram levadas muito a sério; a cultura ocidental moderna parece inclinada a ignorá-las ou a explicá-las racionalmente. Mas alguns de nós somos incapazes de ignorar o que vemos, e sabemos por experiência que é possível vislumbrar o amanhã.

Hoje em dia, há também um número crescente de pessoas que estão dispostas a descrever os seus vislumbres de um reino além da morte no que é conhecido como experiências de quase-morte. As suas descrições são surpreendentemente consistentes e fornecem pistas vitais para a natureza da existência. Se aceitarmos as suas memórias relativas a um tempo entre vidas, talvez devêssemos tentar compreender as forças motrizes que nos levam a regressar à vida física.

Para aqueles que, como eu, aceitam a reencarnação como uma certeza, o futuro é relevante para cada um de nós, não apenas por causa dos nossos filhos e netos, mas para nós próprios em vidas futuras. Se vamos regressar,

para que tipo de mundo regressaremos? Toda a gente está agora consciente dos danos ambientais que a humanidade está a infligir ao seu único habitat, mas como podemos saber que formas de poluição serão mais fáceis de controlar ou resolver, e com que tipo de danos a longo prazo poderemos ter de lidar?

A única forma de descobrir mais sobre o mundo em que vivemos e o nosso lugar nele, presente e futuro, é fazer perguntas. Isto é lógico, e mesmo que as perguntas por vezes pareçam escandalosas, podem ser úteis, já que pelo caminho podemos dar alguns pequenos passos no sentido de encontrar algumas das respostas. Este livro é uma tentativa de colocar e responder a algumas das perguntas relativas ao nosso futuro a longo prazo.

CAPÍTULO 1

Peças de Construção

O caminho para o passado e para o futuro

Os eventos psíquicos sempre pareceram uma parte tão comum da minha vida que ainda dou por mim a objetar quando as pessoas se referem a mim como se eu fosse especial ou diferente. Certamente não me sinto diferente; cometo erros, preocupo-me e esqueço-me de fazer coisas, tal como toda a gente, e tenho de pedir desculpa quando me engano. Mas lembro-me de que outrora foi bastante difícil conciliar a minha própria experiência interior com a perspetiva das pessoas à minha volta, especialmente quando era uma criança muito pequena.

Nasci em Barnet, Hertfordshire, a 10 de julho de 1953; um ano depois, a minha família mudou-se para uma nova zona habitacional não muito longe dali, na orla de St Albans. O meu pai era um promissor designer de eletrónica, a minha mãe era doméstica e eu tinha dois irmãos. Desfrutávamos de um cenário semirrural, pois a propriedade ficava aninhada contra o campo aberto e bosques pelos quais eu adorava caminhar. Também gostava de observar os últimos comboios a vapor a partir da minha janela e as luzes distantes das carruagens a delinear o horizonte escuro nas noites de inverno. O meu prazer tanto no campo como

nos comboios a vapor era colorido pelos seus ecos de uma existência anterior.

Desde a mais tenra infância tive memórias que sabia serem das minhas vidas anteriores; a mais dominante era a vida de Mary Sutton, sobre a qual escrevi em *Yesterday's Children* e que me assombrou durante muitos anos. Mas conseguia lembrar-me de pelo menos outras duas vidas passadas com algum detalhe e tinha recordações ocasionais de várias outras. Também tinha frequentemente sonhos com o futuro próximo que invariavelmente se realizavam.

A primeira vez que tive ideia de que a minha visão da realidade era diferente da das outras pessoas foi quando comecei a ir à escola dominical. Tinha quase quatro anos, ainda não andava na escola primária e ainda não tinha uma compreensão real da vida fora de casa. Parecia estranho estar sentada no chão, à frente de uma multidão de crianças, na velha cabana dos escuteiros, um edifício com cheiro a mofo que carecia de aquecimento adequado. Ali eu sonhava acordada, absorvendo o que me rodeava em vez de ouvir o que se passava.

No entanto, um dia prestei atenção quando alguém começou a falar connosco sobre a morte e o que acontecia depois. A Miss Barrand, a enfermeira distrital que dirigia a escola dominical, tinha apresentado um homem de constituição robusta, vestido de fato, que estava a falar sobre o céu. Concordei com muito do que ele estava a dizer, mas fiquei muito preocupada por ele não fazer qualquer menção a vidas passadas. Assumi que todos tivessem tais memórias e já tinha começado a perguntar-me por que razão as outras pessoas não as discutiam. Enquanto ouvia este homem, não conseguia compreender como ele podia falar sobre assuntos como a morte e o céu sem incluir outras vidas, passadas ou futuras.

Este foi um ponto de crise para mim e, quando cheguei a casa, perguntei à minha mãe sobre o assunto. Embora nessa altura ela não acreditasse em qualquer vida após a morte, foi compreensiva enquanto me explicava que a reencarnação era uma crença e não um facto aceite. Pouco depois disto, descobri que as outras pessoas, particularmente as outras crianças, ficavam incrédulas ou pelo menos intrigadas quando eu falava sobre vidas passadas ou mesmo sobre os meus vislumbres do futuro em sonhos. Aprendi a ser seletiva sobre com quem falava destas experiências e comecei a guardar algumas coisas para mim.

Enquanto criança pequena, passava algum tempo todos os dias num estado meditativo retraído; a maioria das crianças sonha acordada, claro, mas isto era uma característica muito regular da minha vida. Era o meu portal para uma consciência espiritual e psíquica que eu continuava a considerar muito normal e quotidiana. Tornou-se também o meu mecanismo de escape do stress em casa, onde a vida era muitas vezes obscurecida pelos estados de espírito do meu pai.

O meu pai era um gigante de homem, elegante e imponente. Era muito calado a maior parte do tempo, embora quando se sentia comunicativo tivesse um talento curioso para explicar ideias complexas em poucas palavras sucintas. Tinha ideais muito elevados, mas por vezes ficava perturbado e mal-humorado durante longos períodos, e nessas alturas aprendíamos a evitá-lo sempre que possível, pois a sua raiva podia ser aterradora.

Lembro-me da minha primeira infância com relativa facilidade; consigo recordar-me de estar sentada no meu carrinho de bebé e, mais tarde, de conversar com adultos antes de ter idade para ir para a escola. Mas os meus anos de infância posteriores, particularmente entre os oito e os treze anos, foram parcialmente suprimidos; a minha mãe e o meu irmão sobrevivente também são incapazes de recordar esses anos adequadamente. Lembro-me do meu irmão mais velho, Michael, receber uma série de espancamentos severos, tal como o meu irmão mais novo, Alan, também em certas ocasiões. A memória seletiva é um poderoso protetor da autoimagem, mas sei que por vezes tinha medo.

Uma vez, quando tinha cerca de sete anos, desci as escadas depois da hora de deitar para dizer algo à minha mãe. O meu pai gritou comigo para não ficar muito perto do fogão a óleo para não me queimar — o que me fez dar um salto de tal forma que queimei gravemente o pulso no fogão. Tinha tanto medo do castigo que não gritei. De volta à cama, a dor era tão forte que não conseguia dormir, mas o medo fez-me sufocar as lágrimas e enterrei o rosto na almofada para que ninguém me ouvisse chorar. O metal quente do fogão imprimiu um pequeno desenho de folha de trevo no meu pulso esquerdo, e a cicatriz permaneceu durante muitos anos.

Quando o Michael começou a escola, a professora dele estava preocupada porque ele estava muito à frente do resto da turma. Tal como vários dos meus familiares, incluindo um tio que foi convidado para

colaborar durante um ano com a matemática do projeto espacial Apollo, descobriu-se que ele tinha um QI de nível de génio. Quando eu fui para a escola, por contraste, os professores estavam preocupados porque eu parecia ser lenta. Tinha aprendido a escapar da atmosfera infeliz de casa sonhando acordada e, claro, isso tornava difícil a minha concentração no trabalho. Era uma criança silenciosa e que se perturbava facilmente, o que não era ajudado pela atitude negativa na minha primeira escola. Assumindo que a maioria dos professores era como o meu pai, temia o castigo se cometesse um erro e ficava aterrada quando gritavam com alguém na turma.

Quando tinha oito anos, um teste de QI de rotina mostrou que eu era, de facto, muito mais inteligente do que o meu trabalho escolar tinha levado todos a acreditar. Fui movida para um grupo de topo, onde tentei manter-me alerta o tempo suficiente para me concentrar no meu trabalho. Mas tinha tanto medo de errar que costumava rever as minhas respostas vezes sem conta, verificando e voltando a verificar compulsivamente, o que, naturalmente, me atrasava.

Embora fosse silenciosa, sempre fiz amigos com relativa facilidade, tanto na escola como na escola dominical. No entanto, até aos sete anos, as pessoas que eu considerava os meus amigos mais próximos eram diferentes: eram os dois "amigos imaginários" que me apareciam quando eu estava em transe. Mais ninguém conseguia vê-los, mas para mim eles eram totalmente reais. Pareciam bastante sólidos e eu sabia que eram pessoas que tinham realmente vivido, embora nunca tenha pensado neles como fantasmas — se o tivesse feito, provavelmente teria ficado bastante assustada.

Eram amigos e eu sentia que tinham estado juntos como amigos em vida. Um era um jovem, talvez nos seus vinte e poucos anos; sentia que ele tinha sido um soldado na Segunda Guerra Mundial. O seu falar e brincar constantes podiam, por vezes, ser um pouco irritantes e eu preferia falar com o seu companheiro, um homem mais velho e mais calado com muita paciência.

Tinha regularmente longas conversas com estes dois: comunicávamos mentalmente e, embora não me lembre das nossas conversas em detalhe,

elas eram muito reconfortantes e importantes para mim. Não falávamos sobre coisas do dia a dia, mas sobre sentimentos e assuntos de natureza mais espiritual. O homem mais velho aconselhava-me sobre como ser, e como não deixar que outros tentassem mudar a pessoa interior; tentava reforçar a minha confiança contando-me as suas próprias experiências.

Fiquei muito triste quando um dia os meus amigos me disseram que não poderiam voltar. Foi no recreio da escola primária e estávamos os três sentados num muro que rodeava um pequeno canteiro plantado. Quando perguntei por que se iam embora, disseram algo sobre ser tempo de seguir em frente e tempo de eu crescer mais um pouco, o que eu não compreendi bem. Não se foram embora imediatamente, mas ficaram sentados no muro enquanto o professor tocava o apito; ainda lá estavam quando olhei para trás enquanto entrávamos em fila para a sala de aula. A última vez que os vi, estavam sentados no muro, a acenar-me e a sorrir.

Senti profundamente a falta deles. Foi a primeira vez que experimentei qualquer tipo de perda ou luto, e tentei chamá-los de volta algumas vezes — mas sem sucesso. Depois disso, comecei a crescer um pouco; passava menos tempo em transe e concentrava-me mais no mundo que todos podiam ver.

Quando tinha nove anos, além de ir à escola dominical, comecei a frequentar aulas de estudo bíblico às quintas-feiras à noite, principalmente porque o meu irmão mais velho e um amigo também iam. Rapidamente fiquei desencantada com a visão limitada da religião convencional que nos era ensinada. Tinha ideias muito claras e sentia-me incapaz de ceder. Mais tarde, pesquisei outras religiões e fiquei encantada quando o currículo escolar foi alterado para incluir religião comparada. Mas, embora tenha encontrado mais nas crenças orientais que correspondesse às minhas próprias visões, continuava a achar todos os ensinamentos religiosos restritivos. Tentava encaixar-me, mas não conseguia ver Deus como uma entidade separada ou supervisora; a minha ideia de "Deus" era mais como uma energia que incluía todos os seres vivos e da qual todos fazíamos parte.

Não gostava muito de muitos jogos de infância; o que eu gostava mesmo era de arrumar e limpar! Os meus brinquedos eram mantidos ordenadamente em caixas, que rotulei assim que aprendi a escrever, e as minhas roupas estavam sempre cuidadosamente dobradas e empilhadas.

Isto era em parte para que fosse fácil mudar-me quando os meus pais decidissem separar-se — um evento que antecipei e que ocorreu no início da minha adolescência — mas também sentia prazer no ato de limpar em si, e em cuidar da minha parte da casa.

Também gostava de cuidar dos meus irmãos e, com o tempo, acabei por cuidar de uma série de pequenos animais indesejados. A minha coleção começou com alguns bichos-pau que me foram dados por um amigo do Michael, e passou a incluir vários licranços, uma data de ratinhos e algumas cobras e pequenos mamíferos invulgares. Num verão, consegui ajudar num pequeno jardim zoológico junto à parte romana de St Albans — as ruínas de *Verulamium*. Este local abrigava animais sob os cuidados do naturalista Graham Dangerfield, incluindo Goldie, a águia-real que alcançou a fama ao fugir durante algum tempo.

Em casa, as coisas não melhoraram. Apesar do nosso comportamento cuidadoso, eu e os meus irmãos atraíamos constantemente a ira do meu pai. Por volta dos meus nove anos, ele tinha desenvolvido um padrão de disciplina que era injusto, brutal e desmoralizante. Éramos postos em fila após uma pequena transgressão e interrogados por turnos, embora estivéssemos geralmente demasiado aterrorizados para falar. O meu pai decidia então quem era o culpado e espancava o eleito.

Uma das piores vezes foi quando comi marshmallows de um pacote aberto na despensa e o meu pai decidiu que o Michael era o responsável. Lembro-me desse espancamento de forma especialmente vívida, pois deveria ter-me sido aplicado a mim, e senti-me tão culpada. Depois, fui confessar ao Michael e tentei pedir desculpa enquanto ele jazia contorcendo-se na cama em lágrimas de agonia. Tínhamos sido muito próximos até então, mas este único evento desgastou a nossa relação severamente durante muito tempo.

Algumas pessoas poderão perguntar-se por que razão a minha mãe não nos levou embora muito mais cedo, mas, naquela época, a vida era muito difícil para pais solteiros. Havia uma forte probabilidade de que, se ela tentasse sair e tivesse problemas em sustentar-nos, pudéssemos ser entregues a uma instituição; essa era uma perspetiva que ela não conseguia encarar.

Algumas pessoas fora da família conseguiam sentir o meu medo e reconheciam-me como uma vítima potencial, de modo que me tornei um alvo de *bullying* e abusos na escola. Mas, por volta dos dez anos, tinha começado a aprender a ripostar. Embora nada pudesse fazer em casa, não ia deixar que mais ninguém me amedrontasse. Como resultado, tornei-me altiva, distante e cautelosa. Também tentava proteger os meus irmãos. Participei numa série de lutas simuladas com rapazes de entre os meus amigos, tendo uma delas terminado acidentalmente num nariz a sangrar. Como resultado, ganhei reputação de durona e conseguia proteger os meus irmãos apenas por estar com eles.

O meu trabalho escolar melhorou à medida que comecei a "acordar" durante mais tempo, o suficiente para conseguir uma vaga numa escola secundária (*grammar school*), mas não comecei a atingir nada próximo da minha capacidade potencial até aos treze anos, quando os meus pais finalmente se separaram. Foi um alívio enorme. No entanto, na altura em que a minha mãe, os meus irmãos e eu saímos de casa, eu tinha caído num padrão de depressão profunda; passava meses a fio durante os quais me era difícil concentrar, alternando com surtos de um entusiasmo tremendo, quase obsessivo — geralmente por um projeto pessoal de natureza criativa ou artística.

Durante algum tempo, vivemos com amigos da minha mãe e passaram-se dois anos até nos instalarmos finalmente numa casa própria. A minha vida a partir dos quinze anos foi totalmente diferente da minha primeira infância. Embora a minha mãe estivesse tanto a ensinar como a estudar, a atmosfera era relaxada. A nossa casa estava frequentemente cheia de visitantes e parecia haver sempre tempo para conversar.

Odiei a escola secundária; achei difícil fazer amigos lá e sentia-me infeliz e isolada. No entanto, comecei a desenvolver uma vida social plena no exterior. Entrei para grupos de jovens e para um grupo de dança folclórica; gostava de tudo o que estivesse relacionado com o campo e o exercício, desde caminhadas de beneficência a canoagem, e ia a acampamentos ou viagens de atividades sempre que podia.

Aos dezasseis anos, fui estudar para os meus *A-levels* num colégio de ensino pós-secundário, onde passei dois anos muito felizes. O ambiente era muito mais positivo e relaxado e achei mais fácil fazer amigos. Até me senti mais capaz de me dar bem com o meu pai. Aos domingos, costumava

ir a um clube de jazz onde ele tocava e, entre as sessões, conseguíamos conversar. Gradualmente, comecei a compreender a sua própria infância sombria e a dor interior que dava origem à sua raiva, e fui capaz de lhe perdoar.

Estava a começar a abrir-me em todos os aspetos, e foi nesta altura que o meu interesse em vários fenómenos psíquicos começou a crescer. Estava a achar mais fácil falar com amigos sobre as minhas memórias de vidas passadas e aferir as suas atitudes em relação a uma gama de experiências paranormais. Em parte por detestar a ideia de ser diferente, o meu objetivo ao discutir estes fenómenos era ajudar a normalizar o paranormal. Não acredito que as pessoas que são psíquicas sejam diferentes das outras; todos temos capacidades diferentes, e esta acontece ser uma delas.

As minhas próprias experiências psíquicas aumentaram, tornando-se muito mais prevalentes neste ambiente de apoio do que tinham sido nos meus anos stressantes da puberdade. Memórias de vidas passadas, particularmente a de Mary Sutton, recorriam regularmente, tal como clarões do futuro. Percebi que muitas das minhas premonições a curto prazo se revelavam precisas e comecei a prestar atenção às minhas visões de um futuro mais distante.

Uma destas preocupou-me seriamente. Tomou a forma de um sonho extremamente vívido, complexo e detalhado, no qual me vi a mim própria em meados dos trinta anos, a passar por uma crise que envolvia desastres financeiros e preocupações familiares. Durante uma cena muito clara, vi que teria dois filhos loiros, apesar de eu própria ter cabelo escuro, e tinha a certeza de que um era uma menina; vi a expressão preocupada no meu rosto enquanto chegávamos todos a algum lugar numa carrinha (*estate car*). Ao mesmo tempo, soube que, depois de passar esta má fase, algo aconteceria que mudaria a minha vida, após o que não teria mais preocupações importantes.

Também estava consciente de um aumento de uma série de fenómenos menores, muitas vezes sob a forma de telepatia. Um dia, por exemplo, regressei a casa e encontrei a minha mãe a procurar algo em gavetas e armários. Juntei-me à busca e acabei por encontrar uma fita métrica, que lhe entreguei. Só então nos apercebemos de que ela não tinha dito uma única palavra sobre o que estava a procurar.

Provavelmente ajudou o facto de a minha mãe estar sempre muito em sintonia com os seus filhos. Quando o Michael teve um acidente de bicicleta um dia, regressou a casa e encontrou a minha mãe preocupada e querendo saber o que tinha acontecido. Por isso, um pouco mais tarde, quando me deram boleia para casa mas a correia da ventoinha do carro se partiu, lembrei-me de pensar: "Estou bem, mãe, mas vou chegar um pouco atrasada". Quando cheguei, a minha mãe ainda estava acordada, mas não preocupada; disse: "Eu sabia que estavas bem — tu disseste-me".

A maioria dos casos de telepatia ocorria espontaneamente, mas quando tinha cerca de dezassete anos, comecei a experimentar com ela de forma mais deliberada, enviando mensagens mentais. Por exemplo, descobri que um cão fará o que você "pensa/deseja" que ele faça — como "vem aqui, depois vai arranhar a porta" e por aí adiante — ao passo que um gato iniciaria a atividade, depois pararia, olhar-me-ia nos olhos e recusar-se-ia a continuar!

Também descobri que, se tivesse uma ligação forte com uma pessoa, podia desejar que ela executasse uma sequência curta, embora levasse muito tempo a chegar até ela. Comecei por tentar comandos mentais de ação única, como desejar que alguém coçasse a orelha. Quando o faziam, eu decidia que isso podia ser uma coincidência e não provava nada; por isso, a seguir, tentei uma sequência de ações detalhada e complexa numa determinada pessoa.

A experiência foi altamente bem-sucedida, no sentido de que a pessoa seguiu exatamente a sequência de ações e a maneira em que eu me tinha concentrado, mas percebi imediatamente que era algo muito errado de se fazer. Após cumprir as minhas sugestões mentais à letra, a minha vítima involuntária pareceu muito confusa e perturbada. Senti-me culpada por isto durante anos e mais tarde escrevi-lhe a pedir desculpa: nunca mais tentei nada deste tipo.

Retirei algumas conclusões destas experiências. Parece que os animais têm consciência da telepatia; um cão pode compreender e fazer o que lhe pedimos simplesmente para nos agradar, enquanto os gatos também podem compreender, mas não têm a mesma necessidade de agradar. As pessoas, no entanto, não estão geralmente conscientes de pedidos mentais, e podem ficar extremamente perturbadas ao verem-se a agir de forma estranha ao seu caráter sem saberem porquê.

Parece que os animais também podem comunicar connosco, se estivermos recetivos. A minha primeira cobra de estimação, uma cobra-de-água-de-colar, foi-me dada por um amigo quando eu tinha dezasseis anos, porque tinha sido muito nervosa com as pessoas e era conhecida por morder. Embora continuasse nervosa com outras pessoas, construímos lentamente uma relação de confiança e ela nunca mais mordeu ninguém.

Num sábado de manhã, tive uma premonição que, a princípio, não associei ao meu animal de estimação. Estava bem acordada e a visão foi muito forte e vívida. Vi uma amiga da minha mãe e os seus filhos, e senti como se eu própria estivesse morta, e debaixo de água — estranhamente, este sentimento não era assustador, mas totalmente calmo e amoroso. Era intrigante, porque eu tinha a certeza de que não estava prestes a morrer.

Nessa tarde, a amiga da minha mãe visitou-nos inesperadamente e apresentei os filhos dela à cobra. Quando a coloquei de volta no seu aquário, ela deslizou sem vida para o bebedouro raso, e percebi que tinha morrido calmamente nas minhas mãos. Acredito que a cobra soubera que ia morrer e queria que eu compreendesse que não havia motivo para tristeza. A perda do meu animal de estimação foi atenuada pela experiência tremendamente edificante que partilhámos na minha visão, e não tive necessidade de fazer luto.

Depois disso, passaria por vezes a saber quando as pessoas iam morrer. Não parecia haver qualquer padrão para estes saberes, e eles não ocorriam com toda a gente, mas se eu previsse uma morte, ela acontecia sempre. Nunca contei a ninguém sobre estas premonições.

Depois de passar os meus *A-levels*, passei três anos a formar-me em Londres como podologista. Durante este período, perdi o contacto com vários bons amigos que tinham ido para diversas universidades. Carecendo de confiança para considerar eu própria a universidade, ou para almejar opções de carreira mais ambiciosas, tinha escolhido um curso que estava bem dentro das minhas capacidades e que me garantiria uma qualificação para uma carreira segura.

Deslocar-me para Londres de comboio todos os dias enquanto estudava arduamente cobrou o seu preço. Embora tivesse tido um desempenho muito bom nos exames, tornei-me extremamente cansada e retraída e, durante algum tempo, bastante deprimida. Perto do final do meu

segundo ano no colégio, quando tinha dezanove anos, entrei numa relação relativamente breve, mas mal aconselhada, que era perigosamente reminiscente das minhas primeiras experiências como vítima de manipulação e *bullying*. Embora a relação tenha durado pouco mais de um ano, serviu para reavivar e reforçar medos que sobreviviam tanto da minha infância como da minha memória mais recente de uma vida passada.

Alguns anos mais tarde, após o meu casamento, alguém me disse que o homem em questão se tinha mudado para a nossa zona. Quando um homem com características e constituição semelhantes estacionou perto da nossa casa, cheguei à conclusão — erradamente — de que ele me tinha caçado, e fiquei aterrorizada. Coincidentemente, arranjámos um grande cão Alsaciano por esta altura, o que pareceu subitamente uma boa ideia! Um pouco mais tarde, comecei a praticar a arte marcial do Aikido para me ajudar a restaurar alguma confiança interior. Achei muito benéfico e mantive-o durante sete anos, até a minha filha ter quatro anos.

Enquanto a minha relação desastrosa estava no seu pior momento, estive durante algum tempo perturbada por uma imagem psíquica particular, que aparecia frequentemente em alturas de stress na minha vida. O que eu via era o meu próprio rosto, não como era na altura, aos vinte e um anos, mas uma "eu" velha e de cabelos brancos, olhando para mim através do tempo. Primeiro vi-a refletida em espelhos, depois sobreposta a outros rostos, até em cartazes. Agora compreendo que esta imagem foi na verdade enviada como um tipo de tranquilização, como se o meu eu futuro estivesse a tentar enviar-me algum conforto, mas na altura incomodava-me.

Precisava de encontrar alguém com quem pudesse discutir o assunto, mas parecia haver muito poucas pessoas com experiências semelhantes a quem eu pudesse recorrer. Então, a minha mãe deparou-se com uma vidente que era altamente recomendada por uma amiga, e eu fui vê-la. O seu nome era Mary; era uma senhora gentil e muito normal, separada do marido e mãe de um filho adolescente.

Uma das primeiras coisas que fez foi dar-me o seu anel para eu segurar. Comecei imediatamente a ver imagens mentais muito vívidas. Vi a Mary a passear um cão junto a um rio e disse-lhe que o cão era preto com pelo comprido e encaracolado. Vi uma casa holandesa onde sabia que viviam amigos dela, junto ao que parecia ser um rio, e depois o seu ex-

marido, de pé, afastado de um grupo de pessoas a conversar enquanto ele cismava e desejava estar sozinho.

Mary perguntou-me se o anel estava quente; embora eu não tivesse reparado, na verdade tinha ficado bastante quente. Ela pedira-me para segurar o anel porque sentia que eu era psíquica, e o anel aquecer seria normalmente a primeira indicação; a minha capacidade de "ver" tão facilmente era um bónus. Mostrou-me então uma fotografia do cão — idêntico ao que eu tinha visto — e falou-me dos seus amigos holandeses que viviam junto a um canal. Disse-me que eu tinha descrito tudo com precisão e explicou que esta capacidade de ver imagens segurando um objeto se chamava psicometria.

Depois disto, Mary passou a "ver" para mim, e discutimos a visão de mim própria que tinha sido tão perturbadora. Foi um grande conforto sentir-me livre para falar sobre tal experiência sem embaraço. Fiquei muito tranquilizada ao conhecer, finalmente, outra pessoa que tinha experiências como as minhas. Quanto à psicometria, nunca me tinha ocorrido que eu pudesse aceder a informação psíquica de propósito — isto era divertido! Depois disso, praticava-a sempre que surgia a oportunidade.

A psicometria é uma forma de sintonizar com um objeto que foi possuído e manuseado, geralmente por uma pessoa, a fim de aceder a sentimentos, sensações e imagens que estão de alguma forma impressos no objeto. Isto não é tão implausível como possa parecer. É cada vez mais aceite que os seres humanos são sistemas eletromagnéticos e que podemos afetar o funcionamento de itens elétricos e eletrónicos, como voltímetros. Não é preciso muita imaginação para ver como podemos também deixar nos objetos algum tipo de impressão eletromagnética, talvez um pouco como o som e as imagens gravados eletromagneticamente numa cassete de vídeo ou áudio.

Gosto de praticar psicometria de tempos a tempos, simplesmente pelo prazer de o fazer; é muito semelhante a ver parte de um filme ou ouvir um curto trecho de música. Durante algum tempo, fi-lo frequentemente para amigos. Os resultados são um pouco variáveis, mas por vezes vejo imagens muito detalhadas do passado, presente e, mais raramente, do futuro. Acho que funciona melhor quando o proprietário do objeto tem uma personalidade forte ou se o objeto foi usado para um propósito específico.

Seguro o item suavemente, relaxo e concentro-me durante alguns minutos. Leva algum tempo a desenvolver um transe leve e a deixar-me ir o suficiente para sentir as sensações que emanam do objeto. Normalmente algo acontece, mesmo que seja apenas uma ligeira mudança no meu estado de espírito relacionada com os sentimentos do dono do item e não com os meus. Por vezes vejo imagens instantâneas (*snapshots*). Como a maioria das visões psíquicas, estas são geralmente imagens mentais, algo como memórias, mas com uma qualidade mais persistente. Posso com a mesma facilidade sentir sons ou cheiros. Numa ocasião, senti cheiro a creosoto, e a dona do anel que eu segurava riu-se e disse que o marido aplicava obsessivamente creosoto na vedação deles.

Normalmente davam-me algo comum, como um anel ou um molho de chaves, mas as antiguidades eram as minhas favoritas, especialmente armas ou itens que originalmente tinham um propósito e eram, portanto, manuseados regularmente e com concentração. Itens antigos podem parecer muito estranhos; ao manuseá-los, sinto uma sensação de queda que me apanhou de surpresa nas primeiras vezes que aconteceu. Descobri que, quanto mais antigo o objeto, maior é o "tempo de queda", pelo que essa sensação me dá uma ideia da sua idade. Se as imagens forem muito vívidas ou o detalhe emocional intenso, por vezes dou por mim a tremer. Isto tende a preocupar as pessoas que estão a assistir, mas na verdade não é desagradável.

Depois de deixar o colégio em 1974, trabalhei brevemente perto de Croydon, em Surrey, onde conheci o Steve, que viria a ser o meu marido. Procurámos casa em Northamptonshire e, em 1976, mudámo-nos para uma pequena mas encantadora cabana. Aqui comecei a trabalhar para a Autoridade de Saúde de Northamptonshire. Paralelamente às exigências da vida comum, do casamento e, eventualmente, de dois filhos, as experiências psíquicas continuaram a ocorrer regularmente.

Algumas destas perceções eram bastante comuns — como a senhora que entrou na minha clínica de podologia um dia e a quem comentei: "Tem feito muito tricô ultimamente". Pareceu-me imediatamente uma coisa tonta de se dizer, mas ela respondeu que, há semanas, andava a tricotar dezenas de brinquedos para uma feira de beneficência. Depois olhou para mim e disse: "Como é que sabia?". Eu não tinha a certeza do que dizer.

No início da minha vida de casada, pratiquei psicometria de tempos a tempos. Numa festa em Buckingham, uma amiga deu-me as chaves do carro pertencentes à vizinha do lado, que eu não conhecia. Senti-me muito estranha ao princípio, como se estivesse a subir disparada pelo ar — como estar num elevador mas rodeada por espaço aberto, o que era extremamente desorientador. Isto fez sentido quando o dono das chaves me disse que o pai costumava levá-lo no seu balão de ar quente, que, naturalmente, viajaria a direito para cima.

Também vi o carro dele com o capô aberto, estacionado no caminho de entrada da casa dele. Havia peças de carro espalhadas por todo o lado e ele parecia estar bastante agitado. "Não", disse ele. "Isso nunca aconteceu — o carro está em boas condições". Mas mais tarde foi-me relatado que, cerca de uma semana depois da festa, ele tinha tido um problema grave com o carro e que o sogro se ofereceu para o ajudar a fazer o serviço em casa, em vez de optar por uma conta de oficina dispendiosa. Estava a meio do trabalho, rodeado por peças de carro, quando se lembrou do que eu tinha dito.

Outro exemplo bastante típico de psicometria ocorreu numa feira local de veículos clássicos e a vapor, em 1984. Entre as bancas estava uma exposição de espadas antigas para venda. Quando toquei numa, vi a imagem de um oficial de cavalaria, por isso perguntei ao feirante se era uma espada de oficial de cavalaria. Ele disse que sim e tirou a conclusão precipitada de que eu percebia de armas. Tive de explicar que não sabia absolutamente nada sobre espadas, mas que a própria espada guardava a sua própria história.

Ele ficou, compreensivelmente, cético, mas, por interesse, entregou-me uma bengala-espada e pediu-me para lhe dizer o que conseguia sobre ela. Descrevi então um senhor de cabelos brancos com cerca de sessenta anos, que tinha uma pequena barba aparada e um sentido de humor fantástico. O surpreso feirante confirmou que este era o conhecido que anteriormente fora dono da bengala-espada.

Continuava a ter visões e clarões tanto das minhas vidas passadas como de eventos futuros. Uma visão futura que, talvez surpreendentemente, me incomodou muito pouco, aconteceu nos meus vinte e poucos anos, quando previ a minha própria morte como uma mulher idosa. Não foi perturbador; não foi como a Mary, que morreu jovem,

sozinha e com dores, ou como outra vida de que me conseguia lembrar que terminou cedo e também envolveu uma separação não resolvida. Havia alguma tristeza por deixar a família, embora estivessem todos crescidos com famílias próprias. Mas não havia qualquer sentimento de medo.

A telepatia era a ocorrência psíquica mais consistente a acontecer espontaneamente. Um dia, enquanto visitava uma amiga com os meus filhos, fui atingida por uma onda de choque emocional que vinha de fora de mim própria. Soube que algo estava terrivelmente errado com um membro da família e parti para casa imediatamente. Fiquei aliviada quando o meu marido chegou a salvo. Telefonei então à minha mãe; ela estava bem, mas começou imediatamente a dar-me notícias do meu irmão mais novo. Não, ele não tinha tido um acidente, mas o seu casamento progressivamente difícil tinha atingido uma crise naquele dia. Tinha saído de casa e estava num estado emocional muito carregado, particularmente em relação aos filhos.

A partir daí, percebi que a minha ligação com o Alan era tal que explicava muitos surtos psíquicos passados, embora geralmente menos fortes, que eu tinha sentido em relação a ele. Daí em diante, se eu sentisse algo semelhante, verificava as horas e ele confirmava mais tarde que tinha estado a passar por algum evento ou pânico naquela altura.

Em 1986, o meu irmão Michael sofreu ferimentos fatais num acidente de voo à vela (*gliding*). Na altura do acidente, o Alan foi o primeiro a ser contactado. A minha mãe estava de férias e eu tinha saído para passar o dia com a minha família, por isso o Alan teve a preocupação acrescida de tentar localizar toda a gente. No momento exato em que ele recebeu a chamada (por alguma razão verifiquei as horas, e ele também), eu e a minha família estávamos numa área de serviço na M1 depois de Sheffield, e eu estava prestes a sentar-me com uma chávena de café. Subitamente, a sala inteira pareceu girar e tropecei num banco, entornando parte do café. Estava a tremer e sentia vontade de chorar. Disse ao Steve que algo de terrível tinha acontecido, mas só quando regressámos a casa é que descobrimos o que fora.

Mais tarde, descobri uma ligação semelhante com o meu filho. Uma das memórias que me assombravam da minha vida anterior era a sensação de ter abandonado os meus filhos e, como resultado, nunca gostei de deixar os meus filhos sozinhos. À medida que cresceram tornou-se um pouco mais

fácil e, quando o meu filho era adolescente, não tive grande problema em ir frequentar um curso de podologia; ele tinha a sua própria chave da porta da frente. No entanto, durante a segunda tarde, tornei-me subitamente consciente dele a nível mental. Soube imediatamente que ele se tinha esquecido da chave e perguntei-me se ele iria para a quinta onde tinha um trabalho ocasional de recolha de ovos — uma tarefa muito malcheirosa e suja — sem mudar a roupa da escola.

Virei-me para a pessoa ao meu lado e disse, inapropriadamente: «O meu filho esqueceu-se da chave!» Registei a hora, que era por volta da altura em que ele deveria chegar a casa. Após alguns segundos, a ansiedade dissipou-se e senti que estava tudo bem. Quando regressei, verificou-se que o meu filho se tinha, de facto, esquecido da chave mas, em vez de usar a roupa da escola no galinheiro, tinha conseguido uns calções e uma t-shirt que por acaso estavam no estendal.

Com algumas pessoas que conheço bem, sou agora capaz de reconhecer uma «assinatura», de modo que, quando sinto um sentimento ou emoção vindo de fora de mim, é geralmente — embora nem sempre — mais fácil de interpretar. Consigo por vezes saber quando alguém está a ler uma carta que lhe enviei. Os meus amigos habituaram-se a que eu lhes pergunte o que estavam a fazer a uma determinada hora do dia, em tal e tal data. Ocasionalmente, consigo sentir quando um amigo me está a escrever uma carta ou prestes a telefonar — esta última é, claro, uma experiência muito comum entre pessoas que não se consideram necessariamente psíquicas.

É estranho, porém, que uma das minhas experiências telepáticas mais poderosas tenha tido a ver com pessoas com as quais eu não tinha qualquer ligação, e ainda não faço ideia de por que razão aconteceu. Na altura da Guerra das Malvinas (*Falklands*), em 1982, eu andava a praticar Aikido há cerca de um ano, e tinha aprendido que um estado de espírito levemente meditativo, mas focado, tornava as técnicas mais eficazes. Este é o mesmo estado de espírito que utilizo na prática psíquica, pelo que poderá ter sido em parte responsável pelo que aconteceu a seguir.

Estava a meio de uma projeção específica quando, de repente, fiquei com muitas tonturas e tive de me sentar. Senti que estava num navio, encurralada num pequeno corredor com cerca de quatro homens. Parecia-se bastante com o interior de um submarino, o que era intensificado por uma

horrível sensação de claustrofobia. O navio estava a arder, e as portas em cada extremidade do corredor estavam seladas para impedir a entrada tanto do fogo como da água. Não havia saída, e os homens estavam encurralados.

Durante cerca de quinze minutos, estive a partilhar os últimos momentos destas pessoas que eu não conhecia, e elas estavam aterrorizadas. O medo abandonou-me quando os senti morrer, mas o choque permaneceu comigo durante consideravelmente mais tempo. Várias pessoas aproximaram-se para perguntar se eu estava bem, e contei-lhes o que estava a sentir e o que tinha visto. No dia seguinte, soubemos que o HMS *Sheffield* tinha sido afundado na noite anterior. Os factos da reportagem noticiosa não conseguiam transmitir o terror que, por alguma razão inexplicável, me fora dado partilhar.

O Steve iniciou um negócio de transportes em 1979 e, durante algum tempo, tudo correu bem. Ele era cuidadoso e nunca recebia um salário completo enquanto o negócio se estava a consolidar; eu trabalhava a tempo parcial após o nascimento do nosso filho, e as nossas finanças eram minimamente geríveis. A primeira indicação de um problema surgiu por volta de 1982, quando tentei olhar para o nosso futuro, usando cartas como foco para a minha intuição. Para minha consternação, continuava a ver coisas a correr mal, crise financeira e uma terrível tensão emocional.

Não conseguia acreditar que alguma vez pudéssemos estar numa situação tão desesperada. Na altura, não associei isto àquele sonho vívido de desastre que tanto me tinha preocupado aos dezasseis anos. Pensei que o meu método devia estar errado e deixei de olhar para o nosso próprio futuro durante algum tempo. No entanto, por volta de 1983 — o ano em que a nossa filha nasceu — o início da recessão estava a atingir a indústria da construção. Uma das primeiras vítimas foi o setor dos transportes, particularmente o tipo de pequeno negócio de camiões basculantes que o Steve tinha começado a desenvolver. Ao longo dos três anos seguintes, tudo correu de forma bastante desastrosa, tal como eu tinha previsto. Além disso, a Autoridade de Saúde escolheu esse momento para reduzir as horas de tempo parcial e, embora eu tenha procurado clientes privados, a minha clínica demorou a crescer. Foi um período muito preocupante e difícil, e fiquei bastante doente. Eventualmente, tivemos de desistir dos camiões, sabendo que seriam necessários muitos anos até recuperarmos financeiramente.

Durante estes anos, houve um dia em que dei por mim a chegar de carro ao local do meu sonho de há vinte anos. Embora soubesse que isto significava o início de crises severas — que acabaram por ser pessoais (familiares) e relacionadas com a saúde — foi, de certa forma, um alívio saber que o momento tinha chegado. Porque também sabia que, quando passasse, embora as coisas fossem ser difíceis, iriam acabar por melhorar.

Esta melhoria esteve ligada à minha descoberta da família de Mary Sutton e à resolução da angústia que tinha permanecido comigo daquela vida passada. A partir de 1980, tornou-se cada vez mais importante para mim descobrir sobre a minha família de uma vida passada e localizar os filhos que me sentia responsável por ter abandonado. Isto demorou quase dez anos.

Comecei lentamente, tomando notas das minhas memórias, e tornei-me cada vez mais obcecada pelas minhas investigações; comecei inclusivamente a escrever *Yesterday's Children* antes de a história estar completa. O ponto de viragem na minha vida que eu tinha previsto no meu sonho coincidiu com a localização da família real da Mary e a descoberta de uma nova sensação de calma que nunca tinha conhecido antes.

Foi logo após ter recebido provas de que Mary Sutton tinha sido uma pessoa real que tive a minha primeira visão de uma vida futura — a vida descrita no Capítulo 8. Na verdade, acredito agora que já tinha tido clarões desta vida futura antes dessa altura, mas estava demasiado obcecada com a minha busca pelo passado para lhes prestar atenção. É como se tivesse tido de limpar o passado e descobrir um sentido de aceitação pessoal antes de me poder virar para o futuro e começar a explorar as minhas próprias vidas futuras.

Na infância, acreditava que todos se podiam lembrar de vidas passadas, vislumbrar o futuro e experienciar os sentimentos de outros através de meios como a telepatia. Como adulta, aprendi que a maioria das pessoas perde o contacto com este sentido de ligação com os outros. Sinto que poderá ser tempo de começarmos a considerar-nos de uma forma nova, que não apenas como indivíduos totalmente separados.

A telepatia é apenas um lembrete de que estamos todos ligados uns aos outros; estamos ligados tanto ao passado como ao futuro, também. Nada acontece isoladamente: cada evento está intrinsecamente entrelaçado

com tudo o resto que está a acontecer à nossa volta e com todos os outros. Podemos pensar que as escolhas que fazemos na vida apenas nos afetam a nós próprios, mas tudo o que fazemos afeta outras pessoas e eventos futuros.

CAPÍTULO 2

Visões do Passado e do Futuro

Experiência crescente

A primeira vez que tive uma visão do futuro distante, dois séculos à frente, foi no início da década de 1980. Destaca-se muito claramente na minha memória pois, nesse dia, vi o passado, o presente e o futuro próximo e distante, tudo como parte da mesma experiência. Desde então, a maior parte do que vi foi confirmada, à exceção do futuro distante que ainda está por vir — e, à medida que o tempo passa, aspetos desse futuro tornam-se mais prováveis. O que tornou a experiência especialmente útil foi o facto de ter sido presenciada por alguém que também se lembra vividamente dos eventos desse dia.

Além de utilizar a psicometria, eu já tinha tido algumas visões muito vívidas do passado que surgiam espontaneamente em locais com uma longa história. Em 1978, eu e o Steve fomos visitar uns amigos que viviam numa pequena cabana junto a um riacho, numa aldeia perto de Whipsnade. Quando chegámos, a nossa amiga Sue estava na cozinha. Estava a anoitecer e a começar a arrefecer, e ela disse algo sobre acender o lume na sala de estar.

Eu estava de pé perto da porta da sala e olhei através da ombreira para a lareira. Estava prestes a dizer «Mas o lume já está aceso», quando algo na

divisão me fez sentir necessidade de entrar. Observei a cena. O lume, alimentado por grandes troncos, ardia bem. Havia uma mesa de madeira de estilo rústico no meio da sala, muito de acordo com o gosto da Sue; estava posta para seis pessoas com o que pareciam ser pratos de estanho e talheres antigos, e sem toalha ou guardanapos. Havia velas sobre ela, em castiçais simples mas atraentes. Perguntei-me quem seriam os outros convidados.

Estava prestes a sugerir que se afastasse a mesa um pouco mais do lume, pois os dois lugares de trás ficariam demasiado quentes, quando por acaso olhei para as janelas. Havia duas janelas na parede à minha esquerda, e havia algo de muito estranho nelas. Através de uma vinha o tipo de luz que se esperaria num dia cinzento; a outra, que estava mais afastada da mesa, mostrava que lá fora estava a anoitecer.

Sem dizer nada, voltei para a cozinha, onde a Sue olhava para mim com um franzir de sobrancelhas inquisitivo. Voltei-me e reentrei na sala. A mesa com os seus lugares postos e as velas já lá não estava, o lume estava apagado e o crepúsculo via-se através de ambas as janelas.

Desta vez, quando voltei para a cozinha, a Sue perguntou: «O que é que se passa?» Contei-lhe o que tinha visto. Como amiga, ela sabia que este tipo de coisas me acontecia e queria principalmente saber se a minha visão tinha sido do passado ou do futuro. Tudo o que pude dizer foi que parecia ser do passado. A Sue não ficou totalmente surpreendida; ela também tinha sentido coisas estranhas naquela cabana.

Algo semelhante ocorreu nas minas de *bluejohn* de Nidderdale, no norte de Yorkshire, que visitámos durante umas férias de acampamento no verão de 1981. Quando entrámos, fiquei fascinada a observar quatro ou cinco homens em escadas e cordas a trabalhar na grande caverna. Continuavam a picar a rocha sem pararem para olhar para os poucos turistas.

À saída, comentei com o Steve que os homens que ainda estavam a trabalhar utilizavam os métodos antigos. Ele olhou para mim com um ar um pouco vazio e eu apontei para a exposição no exterior, que mostrava fotografias de homens a trabalhar da forma tradicional. Só então vi a legenda por baixo, que afirmava que aquela mina já não era explorada. Caiu-me a ficha: eu fora a única a ver os mineiros. Não estava lá ninguém — apenas ecos do passado.

A Heather, a minha filha, partilhou algumas das minhas experiências. A minha primeira visita ao Castelo de Warwick foi em 1978. Ao dirigir-me para a torre a partir da capela, ouvi um zumbido e senti-me estranha e tonta; assumi que seria o início de uma enxaqueca, de que sofria por vezes. Quando cheguei à torre, estava lá um homem com um estilo de vestuário antigo, sentado a uma secretária a estudar mapas.

Esta nossa visita ocorreu antes de os proprietários do castelo começarem a contratar pessoas vestidas com trajes de época para entreter os visitantes, mas ele parecia tão real que assumi que seria alguém mascarado por alguma razão. Passado um bocado, ele levantou-se e dirigiu-se a um conjunto de estantes de livros, onde desapareceu. Mesmo isto não me pareceu estranho; assumi que ele tinha simplesmente atravessado uma porta junto às estantes. Imediatamente após sair eu própria da torre, senti-me normal novamente — sem mais zumbido nem tonturas. Virei-me para alguém e comentei o ruído, culpando as luzes fluorescentes; a resposta foi: «Que ruído?» Mais ninguém tinha ouvido o zumbido — e ninguém tinha visto o homem fantasiado.

Muitos anos mais tarde, quando regressei ao castelo com a Heather e um velho amigo, soube que outras pessoas também o tinham visto. Era sempre o mesmo homem; fora identificado como Sir Fulke Greville, o primeiro Barão de Warwick, que fora assassinado em 1628. Desta vez, a minha filha também sentiu algo estranho. Enquanto atravessávamos uma sala recentemente aberta, senti-me subitamente assustada e desconfortável. Tinha consciência de que o sentimento era de algum modo causado pelo local, e não mencionei nada porque não queria assustar a Heather. Mas ela virou-se para mim e expressou exatamente o mesmo desconforto e medo, que ela também sabia ter a ver com o lugar. Um guia disse-nos que a sala tinha sido uma masmorra há muito tempo; devíamos estar a captar o desespero dos prisioneiros daqueles tempos antigos.

Estes tipos de experiência são muito parecidos com a psicometria, exceto que, em vez de segurar um objeto pequeno, a mesma sensação é obtida ao estar dentro de uma área ou sala que foi, de algum modo, impregnada com eventos passados. Usando a psicometria, a minha perceção está geralmente num nível mais subtil. Mas, por vezes, tenho uma experiência rara de realidade total, na qual todos os meus sentidos parecem estar a funcionar como se estivesse realmente a viver a experiência.

Uma ocasião em que tive essa sensação tridimensional de realidade foi quando segurava uma valiosa espada Samurai antiga pertencente a um amigo que ensinava Aikido. Enquanto a segurava nas mãos, senti-me exatamente como se estivesse a entrar no passado. Era como se estivesse descalça na areia — conseguia senti-la realmente entre os dedos dos pés; senti-me a virar-me e a mover-me com a espada, acabando por descer a lâmina para fender um grande melão.

(Mais tarde, disseram-me que fender um melão era tradicionalmente considerado um grande feito de perícia com a espada Samurai, dado que os melões têm tendência a rolar!) Tinha consciência de que estava a partilhar a experiência do proprietário original japonês num treino de espada, como se eu tivesse sido de algum modo sobreposta a ele.

Passei então a contactar outras memórias guardadas na espada, peça por peça, até ao dia de hoje, quando me vi a descrever com precisão a personalidade do atual dono da espada. Ocasiões em que o detalhe é tão completo são poucas. Mas outra experiência foi ainda mais notável.

Por volta de 1981, tinha ganho o hábito de passar por uma loja de antiguidades e velharias num edifício antigo em Moat Lane, Towcester. Ia lá não apenas para procurar pechinchas, mas também para investigar a história dos objetos à venda, utilizando a psicometria. O proprietário da loja, Peter Harris, era um homem amigável, de meia-idade, com uma vaga semelhança com o Pai Natal. Ele reparou que eu manuseava os objetos e perguntou-me o que estava a fazer. Um pouco embaraçada, contei-lhe as minhas experiências com a psicometria.

O Peter mostrou-se cético mas interessado; fez-me imensas perguntas e depois perguntou se me podia testar. Ainda um pouco tímida, concordei, e ele deu-me a segurar algumas peças de um jogo de xadrez cujo anterior proprietário ele conhecia, mas eu não. Ele não me disse nada sobre essa pessoa, mas consegui dizer-lhe que tinha sido uma mulher e dei-lhe uma descrição bastante detalhada dela, que "senti" através das figuras de xadrez.

Surpreendido e intrigado, o Peter quis saber mais e perguntou se eu conseguia ver o passado, o presente e o futuro à vontade. Até então, nunca tinha tentado realmente, e estava ao mesmo tempo curiosa e um pouco nervosa com a possibilidade. Normalmente, quando usava a psicometria,

via o presente, embora ao manusear algo muito antigo pudesse ver o passado, como no caso da espada Samurai. Ocasionalmente tinha visões do futuro, mas estas surgiam apenas por acaso e eu nunca tinha considerado controlá-las conscientemente. Com alguma hesitação, concordei em tentar.

Começámos pelo presente. O Peter deu-me as chaves da sua casa para segurar e consegui visualizar a sua cabana tal como era na altura. Descrevi-a em detalhe, pouco a pouco, incluindo um pequeno gatinho que vi a correr para trás de uma poltrona grande. Ele ficou contente por eu ter visto o gatinho, que era a sua única companhia naquela altura.

O Peter confirmou a minha descrição da sua cabana e ficou particularmente divertido quando me pediu para encontrar as escadas e eu não consegui. Eu tinha visto e descrito uma parede forrada a madeira; a porta para as escadas estava na verdade nessa parede, mas eu não tinha sido capaz de a ver. O Peter explicou que os visitantes muitas vezes tinham dificuldade em localizar a porta; estava quase camuflada no revestimento de madeira e era feita de material semelhante. A minha incapacidade de "ver" a porta teria sido consistente com eu estar lá fisicamente e a olhar para a parede — embora não estivesse lá de todo no sentido físico.

Em seguida, tentei levar a visão para o passado. O Peter tinha mencionado que tinha feito uma série de alterações na propriedade; pensei que talvez pudesse ver o passado imaginando essas alterações a serem revertidas. Comecei por visualizar deliberadamente essa reversão, lentamente ao princípio; depois, as imagens ganharam velocidade e tornaram-se espontâneas à medida que a minha mente viajava de volta aos primórdios da cabana.

Tive a habitual sensação de queda que acompanhava as minhas visões do passado; parecia um pouco vertigem, ou como descer subitamente num elevador, e podia ser ligeiramente desorientador. No entanto, era uma sensação que eu tinha aprendido a confiar ao "sentir" a idade de um objeto. Manusear um item realmente antigo, como uma peça de armadura, podia fazer com que a sensação de queda durasse mais tempo.

Este sentimento estranho abrandou e parou, e dei por mim a ver uma imagem, como se estivesse a ver um filme. No início estava um pouco acima da cena e depois estava a olhar para a cabana, sabendo de algum modo que o período era de há cerca de duzentos anos, por volta da altura

em que foi construída. Descrevi ao Peter o que via, incluindo o ocupante da cabana, um homem idoso, a descer o caminho do jardim com o seu cão, e um médico a cavalo que descia a estrada em direção a eles.

O Peter arranjou-me um pedaço de papel e eu desenhei um mapa mostrando a cabana, a estrada e os detalhes circundantes, incluindo um bosque e uma quinta com os seus anexos. Não havia outros edifícios. O Peter ficou satisfeito por eu ter acertado aproximadamente na idade da cabana e pôde confirmar que a maioria das casas da aldeia foram construídas depois da dele; o único edifício mais antigo era a quinta. Mas ele estava convencido de que eu tinha desenhado o mapa todo errado, porque a estrada estava no sítio errado.

No entanto, algumas semanas mais tarde, o Peter disse-me entusiasmado que tinha consultado alguns mapas antigos na biblioteca local e descobriu que o desenho que eu fizera era inteiramente preciso para o período. O que ele não sabia era que o caminho de ferradura nas traseiras da cabana tinha sido outrora uma estrada, ao passo que a nova estrada do outro lado não existia na época. Agora, o resto do meu mapa fazia sentido.

Quando chegou a altura de olhar para o futuro, fiquei surpreendida ao descobrir que tal era ainda mais fácil e acontecia de forma mais instantânea. Desta vez tive a ideia de simplesmente imaginar o gatinho do Peter a crescer. Assim que pus isto em marcha, tive uma sensação de deriva para a frente, um tipo de flutuação dissociada, que era menos perturbadora do que a sensação de queda ao viajar para trás no tempo.

Pelo caminho através dos anos, novamente numa viagem lenta ao princípio, vi o Peter a sofrer uma doença grave e depois a recuperar e a regressar ao trabalho. Normalmente, eu não consideraria correto dar a alguém uma previsão que o pudesse preocupar, mas o Peter estava ali à minha frente enquanto eu me ajustava às sensações, e esperava que eu lhe dissesse algo. Na verdade, provavelmente não houve tempo suficiente para pensar no que estava a dizer e fui apanhada um pouco desprevenida, por isso contei-lhe o que vi. Mais importante ainda, eu tinha-o visto a melhorar, por isso sabia que, quando a doença realmente chegasse, ele poderia sentir-se seguro da sua recuperação. Eu não podia ter a certeza de quando a doença viria, mas de uma coisa tinha a certeza: ele continuaria a gerir o negócio nas mesmas instalações depois disso.

Em retrospetiva, provavelmente tive razão nesta ocasião em dizer-lhe o que tinha previsto: cerca de um ano mais tarde ele sofreu um ataque cardíaco grave, esteve no hospital e afastado do trabalho durante algum tempo. A senhora que trabalhava com ele na loja estava muito preocupada e perguntava-se se ele estaria suficientemente bem para voltar. Mas, pelo que eu tinha visto, pude assegurar-lhe que o Peter teria uma boa recuperação e voltaria ao trabalho. E assim aconteceu, embora o negócio tenha acabado por fechar em 1986.

Depois de descrever ao Peter o seu futuro e o da cabana, comecei a ver o futuro mais à frente, embora ainda dentro do meu próprio tempo de vida. Vi a cabana vazia e soube que muitas outras casas estariam vazias e por vender. Na década de 1980, a área estava a expandir-se a um ritmo que ameaçava duplicar a população em apenas dez ou quinze anos; mas vi que acabaria por haver uma quebra tanto nas vendas de casas como na população local.

A minha visão futura continuou; não era diferente de ver um vídeo em avanço rápido. Continuei a descrever o máximo possível do que via, embora a maior parte consistisse em vislumbres rápidos com manchas de escuridão pelo meio. Finalmente, as imagens em movimento rápido pararam automaticamente. Soube que estávamos num ponto no tempo cerca de duzentos anos à frente; tive a sensação de ter viajado pelo mesmo período de tempo que tinha percorrido para ver o passado de há duzentos anos, uns minutos antes.

Esta foi uma experiência notável. Enquanto olhava para a nova cena, não só conseguia ver a paisagem, como experienciava todas as sensações de estar realmente lá. Tinha consciência do meu corpo físico parado na loja do Peter, mas ao mesmo tempo conseguia sentir o calor do sol e o ar tão limpo que era uma alegria inalar. Senti que estava a observar a mesma área de antes; contudo, estava a olhar para o lado oposto da direção da aldeia e não me ocorreu ver o que ainda existia lá. Estava parada perto de uma estrada e não via pessoas nem animais. De algum modo soube que havia menos pessoas por ali, talvez muito menos. E embora tivesse todos os meus sentidos, não conseguia ouvir pássaros, o que realmente me incomodou.

Os campos estavam belissimamente cultivados, semeados à máquina até à beira da estrada; a altura da cultura verde sugeria o final da primavera, o que era confirmado pelo tempo extraordinariamente ameno. A luz solar

era muito brilhante e era fácil ver ao longe. Este ar muito límpido é algo que já experienciei em África em condições secas. Mas o tempo nesta visão futura não era de modo algum tão quente como em África, por isso talvez a clareza fosse resultado da secura, ou simplesmente da falta de poluição atmosférica.

Não havia sebes nem vedações. Mais tarde raciocinei que isto fazia sentido económico, pois as sebes e as vedações precisam de tempo e mão de obra para serem mantidas; se houvesse menos pessoas, haveria menos disponibilidade para fazer esse trabalho. No entanto, havia uma série de pequenos bosques de tamanho razoável com grandes árvores maduras. Estavam dispostos em grupos desfasados, presumivelmente como quebra-ventos e para deter a erosão do solo; os campos estendiam-se em redor deles continuamente, para que pudessem ser cultivados por máquinas sem necessidade de abrir portões ou mudar de campo para campo.

O que dominava a paisagem era uma enorme estrutura retangular, de lados lisos, que tomei por algum tipo de unidade produtora de energia ou força; tive uma sensação interior de que essa era a sua função. Erguia-se com o tamanho de um grande edifício de escritórios, em campo aberto a oeste de Northampton. O material fazia lembrar alumínio escovado e as paredes eram completamente lisas, sem juntas visíveis. Também não havia, em nenhum dos dois lados que eu conseguia ver, qualquer entrada, estrutura exterior ou parque de estacionamento.

Na verdade, tive a sensação de que havia poucos ou nenhuns carros. A superfície da estrada junto à qual eu estava era maravilhosamente lisa e uniforme, como uma estrada asfaltada por máquinas contínuas de forma perfeita, mas senti que quase não era utilizada. E não conseguia ver absolutamente ninguém. Fiquei com uma sensação de perplexidade. Havia muito que precisava de ser compreendido, e eu sabia que teria de tentar descobrir mais sobre o futuro.

Depois de a loja ter encerrado, só voltei a ver Peter em 1987, quando acenámos um ao outro através da estrada principal movimentada, mas sem pararmos para conversar — para meu imediato pesar. Depois, na primavera de 1994, querendo pedir autorização para utilizar o seu nome neste livro, consegui localizá-lo com algum esforço. Convidou-me a visitá-lo em sua casa, onde eu nunca tinha estado.

Depois de estacionar o carro nas proximidades, observei a aldeia e localizei a casa sem qualquer dificuldade. Sabia que era o edifício mais antigo dali, e que dava para campos abertos junto de um caminho de cavaleiros. Toda a cena era bastante reconhecível a partir das minhas visões de nove ou dez anos antes; à exceção da irregularidade do terreno por detrás do caminho, tudo era exatamente como eu tinha visto.

Peter recebeu-me calorosamente e convidou-me a entrar. No interior da casa tinham sido feitas mais algumas alterações, mas não houve surpresas. Conseguimos iniciar imediatamente uma conversa animada, como se não tivesse existido qualquer intervalo de tempo entre nós. Tivemos uma longa conversa, e senti-me realmente afortunada por Peter se lembrar de tudo acerca da psicometria. É sempre bom ter uma testemunha destes acontecimentos fora do comum.

Na altura em que aconteceram, não foi uma verdadeira surpresa descobrir que eu conseguia ver o presente e o passado através da psicometria, mesmo que estas visões em particular fossem bastante mais detalhadas do que muitas outras que tivera. Ver o futuro próximo, incluindo a doença de Peter, era o tipo de coisa que acontecia menos frequentemente, mas que ainda assim não me era nova. Apanhou-me um pouco desprevenida e, desde então, tenho estado menos disposta a olhar para o futuro de outras pessoas, por receio de ver acontecimentos com desfechos menos felizes.

No entanto, pode ter sido precisamente por me sentir desprevenida que a minha visão naquele dia pareceu precipitar-se para um futuro longínquo. Embora já tivesse tido breves vislumbres do futuro distante anteriormente, esta experiência deixou-me completamente espantada. Parecia tangível; era tão vívida e tão totalmente inesperada que, de início, eu mal conseguia assimilá-la. Não estava a tentar ver tão longe no futuro, por isso tanto a qualidade como o conteúdo da visão foram um choque. Durante um minuto, senti exatamente como se estivesse ali, duzentos anos no futuro, a respirar o ar e a sentir o sol no rosto naquela paisagem despovoada.

A elevada taxa de precisão das minhas visões do passado, do presente e do futuro próximo relativas à velha casa e a Peter deu-me esperança de que aquilo que vi do futuro distante naquele mesmo dia também pudesse estar correto. Isso aumentou as probabilidades de que os meus outros

vislumbres do futuro também pudessem estar certos e encorajou-me a olhar de forma mais consciente para o possível futuro do planeta, explorando as minhas próprias vidas futuras.

CAPÍTULO 3

Assuntos Inacabados

O argumento a favor da reencarnação

As preocupações da maioria das pessoas relativamente ao passado e ao futuro estão relacionadas apenas com as suas vidas presentes. Mas, se a energia que constitui a alma não é destruída pela morte, se continuamos a existir e regressamos repetidamente para viver num corpo físico, então tanto o passado como o futuro passam a ser assuntos profundamente pessoais.

Por causa das minhas experiências pessoais, nunca tive qualquer dúvida acerca da realidade da reencarnação. Ela é uma expressão da imortalidade da alma, que nunca deixa de existir mas, após a morte, continua a repousar num estado alterado, regressando mais tarde num novo corpo para iniciar uma nova vida. Isto está em conformidade com a lei da física que afirma que a energia não pode ser criada nem destruída.

A reciclagem da energia viva que forma cada um de nós é contínua e repetida, de tal modo que a morte se torna uma mudança em vez de um fim, e o nascimento um novo começo em vez de uma folha em branco.

Muitas crenças religiosas antigas abrangem esta filosofia, de formas ligeiramente diferentes; o que têm em comum é a consciência de que a maneira como vivemos afetará aquilo que nos acontece após a morte. No Hinduism, o objetivo é viver de tal forma que, em última análise, possamos reunir-nos com o absoluto: a energia universal, Brahma, representada pelos deuses Brahma, Vishnu e Siva. Cada vida é julgada pelos atos de cada um, e podem ser necessárias muitíssimas vidas para alcançar o objetivo final.

O Buddhism tem um objetivo semelhante, embora sem referência a um deus. Defende seguir um modo de vida ("o Nobre Caminho Óctuplo") cujo propósito é libertar-nos do sofrimento e alcançar, por fim, o estado de Nirvana, no qual nos fundiremos com a vida universal e a reencarnação deixará de ser necessária.

É menos conhecido o facto de a reencarnação ser um aspeto antigo e integrante do Judaism e também, originalmente, do Christianity. Tanto os Essénios como os Fariseus, antigas seitas, ensinavam a crença na reencarnação, e esta foi aceite no Cristianismo durante mais de quinhentos anos. Só foi rejeitada, num movimento antidemocrático e puramente político, pelo imperador Justinian I no Quinto Concílio Ecuménico, em 553 d.C., após o que passou a ser considerada heresia.

As minhas próprias crenças acerca dos mecanismos da reencarnação coincidem até certo ponto com as das religiões orientais, particularmente com o Hinduísmo e o Budismo. Estou certa de que estamos ligados, a algum nível, a toda a energia vital e de que, após muitas vidas, regressamos à energia maior da qual todos nós somos apenas uma parte.

À medida que a minha vida avançou, tenho verificado que as atitudes das pessoas em relação à reencarnação se tornaram mais abertas, mas continua a ser uma ideia difícil de aceitar para muitos ocidentais. Contudo, existe um número crescente de investigações que sugerem tratar-se de uma realidade que, em alguns casos, pode ser comprovada. Não só inúmeras pessoas se recordam das suas vidas passadas, como, ocasionalmente, as suas memórias podem ser — e têm sido — corroboradas por provas externas. E, uma vez que os mecanismos da natureza — os padrões de nascimento, vida e morte — são sempre consistentes, aquilo que é verdadeiro para algumas pessoas deve sê-lo para todos nós, quer nos recordemos das nossas vidas passadas ou não.

Existem duas formas principais de demonstrar a realidade da reencarnação. Uma delas consiste em encontrar provas que sustentem os relatos de pessoas que descreveram vidas passadas sob hipnose. (Eu própria recorri à hipnose na minha procura do passado de Mary Sutton e, durante as sessões, recordei várias outras vidas passadas de que não me lembrava espontaneamente.) A demonstração mais convincente, porém, é o número crescente de crianças que falam espontaneamente de memórias de vidas passadas desde muito cedo e conseguem fornecer detalhes específicos dessas vidas que podem ser verificados.

(Também é possível recordar vidas passadas através da meditação ou do trabalho com sonhos, mas as memórias produzidas por estes métodos são sobretudo de natureza emocional e carecem dos detalhes concretos de que os investigadores necessitam para proceder à verificação.)

Existem atualmente cerca de 2500 casos documentados de crianças cujas descrições de vidas anteriores foram verificadas por investigadores; várias dessas crianças conseguiram contactar e reconhecer as suas famílias anteriores. Grande parte do trabalho de investigação e documentação foi realizado, desde 1960, pelo professor Ian Stevenson, da University of Virginia, e, desde 1979, pela Dra. Satwant Pasricha, na Índia. Em Claims of Reincarnation, a Dra. Pasricha descreve vários casos de crianças, principalmente residentes no subcontinente indiano, que possuem memórias de vidas passadas. Retirou destes estudos alguns dados estatísticos interessantes.

Verificou-se que a idade da morte nas vidas anteriores era consistentemente baixa. No Sri Lanka, a idade média da morte dos alegados recordadores de vidas passadas era de 14 anos, comparada com uma esperança média de vida de 61,7 anos. Na India, a idade média da morte era de 34 anos, comparada com uma esperança média de vida de 52,6 anos. Havia também uma proporção muito elevada de mortes violentas ou súbitas.

O período de retorno — isto é, o tempo entre a morte na vida anterior e o nascimento na atual — revelou-se curto na maioria dos casos. Na Turkey, o retorno acontecia frequentemente em apenas nove meses; na Índia, o tempo médio de retorno era de dezoito meses; e, para o povo Tlingit do Alaska, era de quarenta e oito meses.

Estes curtos períodos de retorno podem ser explicados pelo facto de a população mundial estar em crescimento contínuo. Embora existam hoje mais pessoas no planeta do que nunca, isso não significa necessariamente que exista mais energia vital. Com tantos novos nascimentos, poderá acontecer que, neste momento, tenhamos de passar menos tempo em repouso entre vidas do que acontecia anteriormente. Existe uma variação considerável nos períodos de retorno entre as pessoas cujas histórias podem ser verificadas, mas, nos casos caracterizados por uma memória forte, o período de retorno é frequentemente muito curto, por vezes inferior a um ano.

Embora algumas pessoas descrevam vidas passadas ocorridas há cinquenta ou cem anos, não devemos assumir que esse tenha sido o intervalo entre as suas vidas; podem ter existido várias outras vidas esquecidas nesse período intermédio. A minha principal memória, a vida de

Mary Sutton, terminou vinte e um anos antes do meu nascimento, mas houve outra breve memória durante os anos intermédios, o que faria com que o meu próprio período de repouso fosse de aproximadamente oito anos entre cada vida.

Se o período de repouso tiver de se ajustar à dimensão da população, seria razoável esperar um número crescente de crianças a recordarem vidas anteriores, simplesmente porque houve menos tempo para esquecer uma vida antes de iniciar outra. Isto poderia explicar o aumento dos casos relatados — embora também possa dever-se à crescente aceitação da reencarnação, que faz com que os adultos estejam mais predispostos a levar a sério as afirmações das crianças.

Dentro da tradição Buddhism, é interessante notar que a identificação de Lamas reencarnados costuma ocorrer quando as crianças em causa ainda são muito novas. Antes da sua morte, cada Dalai Lama (que é aceite como a reencarnação do Buda) descreve onde poderá ser encontrado na sua próxima encarnação, para que possa ser restaurado à sua posição anterior. Quando morre, inicia-se a procura de uma criança na área especificada. Quando se considera que o rapaz certo foi encontrado, ele é submetido a testes nos quais lhe é pedido que identifique os seus próprios objetos da vida anterior entre uma quantidade de itens semelhantes, como pequenos sinos de mão e bengalas. O atual Dalai Lama encontra-se na sua décima quarta encarnação e, em cada nova vida, teve de passar por testes rigorosos antes de ser aceite e reintegrado.

O mesmo processo de testes é realizado para muitos outros Lamas. Um dos casos recentes mais divulgados de identificação de um Lama foi o do venerado Lama sénior Ling Rinpoche, que morreu em 1984 e foi reconhecido como tendo reencarnado num rapaz nascido em 1985. A criança, com apenas vinte e um meses quando foi encontrada, escolheu sem hesitação objetos que tinham pertencido ao seu antigo eu. Chegou mesmo a reconhecer e cumprimentar antigos amigos e demonstrou os mesmos traços de personalidade e maneirismos da sua vida anterior.

Contudo, não se espera que os Lamas mantenham memórias completas da vida anterior até à idade adulta. Isto está em conformidade com a investigação da Dra. Pasricha; ela observou que muitas das crianças documentadas começavam a esquecer as suas vidas passadas por volta dos seis anos de idade. Nessa fase, as crianças estão normalmente a integrar-se

ativamente no seu ambiente presente, a frequentar a escola e a adquirir todo o tipo de novos interesses. Assim, esquecer a vida anterior pode fazer parte do desenvolvimento normal, permitindo a adaptação à sociedade necessária ao crescimento pessoal.

Na verdade, parece que memórias nítidas apenas sobrevivem até à idade adulta quando existe uma ligação emocional muito forte com a vida passada, como uma morte violenta ou a sensação de que algum assunto importante ficou por resolver. Essa poderá ser uma das razões pelas quais eu nunca esqueci as minhas próprias vidas anteriores não resolvidas — embora uma certa teimosia da minha personalidade também possa ter tido responsabilidade nisso.

É curioso que até memórias muito poderosas possam começar a esbater-se quando a vida presente se torna mais insistente. Em alguns casos, isto poderá dever-se ao facto de as crianças em questão terem conseguido contactar as famílias das suas vidas passadas. Poder-se-ia pensar que reunir as famílias reforçaria as memórias da criança, mas presumivelmente esse encontro permite-lhes resolver quaisquer sentimentos de "assuntos inacabados", fazendo com que a importância da vida anterior diminua. Frequentemente, aqueles que foram reunidos com a família da vida passada ainda muito novos acabam por esquecer e abandonar essa vida anterior.

Porque é provável que todas as crianças conservem alguns fragmentos de memória de vidas anteriores, essas recordações podem influenciar preferências ou comportamentos. As crianças pequenas, tipicamente por volta dos quatro anos, podem demonstrar traços comportamentais que não têm relação com o seu ambiente atual. Isto não deve ser considerado anormal; é uma característica muito comum da memória de vidas passadas. A maioria das crianças investigadas demonstrava atividades lúdicas com alguma ligação à vida anterior — tal como eu gostava de varrer e limpar quando era pequena. Além disso, muitas sofriam de medos relacionados com essas memórias passadas, como o medo da água após uma morte por afogamento.

Para além de representarem as suas memórias através do comportamento, algumas destas crianças demonstravam capacidades que não tinham tido oportunidade de aprender nas suas vidas atuais, incluindo coisas como saber conduzir ou falar uma língua estrangeira. Não é invulgar

que as crianças revelem capacidades particulares sem possuírem memórias completas das vidas anteriores; a própria competência pode, de facto, ser tudo o que resta da experiência passada, mas isso explicaria certamente porque algumas pessoas desenvolvem interesses ou aptidões especiais numa idade notavelmente precoce.

Parece que, em particular, a criança prodígio não necessita de conservar memórias detalhadas de vidas passadas para conseguir recorrer a uma capacidade preservada. Lembro-me de uma rapariga na escola que surpreendeu enormemente não apenas o público, mas também a si própria, quando cantou sozinha pela primeira vez: a sua voz soava como se tivesse recebido uma formação operática completa.

A música é apenas uma das capacidades que podem surgir plenamente desenvolvidas em crianças pequenas com pouca ou nenhuma instrução. Um exemplo supremo foi Wolfgang Amadeus Mozart, que iniciou a sua carreira musical aos quatro anos e fazia digressões pela Europa aos seis. Parece muito possível que tais prodígios estejam a reaprender uma capacidade, em vez de a aprender pela primeira vez. Em alguns casos, parece não existir qualquer processo de aprendizagem: a capacidade simplesmente está lá.

Raymond De Felitta, por exemplo, tocou piano pela primeira vez em 1971, aos seis anos; descobriu, para seu encanto — e para consternação dos pais —, que os seus dedos "faziam aquilo sozinhos". E aquilo que os seus dedos faziam era tocar jazz ao estilo do grande Fats Waller, que morreu em 1945. "Blind Tom" Wiggins, da Georgia, embora aparentemente tivesse dificuldades intelectuais e um vocabulário limitado, tocava piano como um profissional desde os quatro anos, sem lições.

Outras crianças génio incluíram John Stuart Mill, filósofo e economista do século XIX, que sabia grego aos três anos. Jean-Louis Cardiac, nascido em França em 1719, conhecia o alfabeto aos três anos e conseguia traduzir latim aos quatro; infelizmente, morreu aos sete. O campeão mundial cubano de xadrez José Raúl Capablanca jogava brilhantemente e vencia partidas contra adversários adultos aos quatro anos de idade.

Grande parte do interesse recente na investigação sobre vidas passadas foi inspirada por uma investigação notável realizada na Índia há quase

setenta anos. A história de Shanti Devi é talvez o primeiro caso de reencarnação a ser seriamente investigado e amplamente divulgado. Inclui também a maioria das características enumeradas nas estatísticas da Dra. Pasricha.

Shanti Devi nasceu em Delhi em 1926. Aos quatro anos começou a falar da sua "outra vida", comparando as roupas que usava agora com aquelas que tinha usado "antes". Descreveu detalhes da sua vida enquanto alguém chamada Lugdi, que vivera em Mathura, a 80 milhas (130 km) de distância, e que morrera dez dias após o nascimento de um filho. Shanti pediu para regressar a Mathura para ver a sua família e, eventualmente, foi enviada uma carta a Kedar Nath Chaubey, viúvo de Lugdi.

Kedar Nath respondeu dizendo que muito daquilo que Shanti afirmara era verdade. Pediu a um amigo em Deli que visitasse a família para averiguar mais, e acabou por decidir visitar ele próprio Shanti. Shanti tinha nove anos quando Kedar Nath visitou Deli, em 13 de novembro de 1935, acompanhado pelo seu filho pequeno. Durante um encontro emotivo, Shanti Devi reconheceu Kedar Nath e falou da vida que tinham partilhado com tal convicção e precisão que ele ficou convencido de que ela fora realmente a sua falecida esposa, morta em 1925 aos vinte e três anos.

Como resultado da publicidade subsequente, foi formada uma comissão para conduzir uma investigação, e decidiu-se levar Shanti Devi a Mathura. Ao chegar à estação, reconheceu o antigo sogro e os pais entre a multidão. Indicou ao cocheiro o caminho para a sua antiga casa, apontando pontos de referência locais ao longo do trajeto. Dentro da casa, conseguiu descrever a disposição e o mobiliário anteriores (Kedar Nath já não vivia ali, e estes tinham sido alterados). Procurou 150 rupias que escondera, e, quando não conseguiu encontrá-las, Kedar Nath admitiu que tinha encontrado o dinheiro e ficado com ele. Shanti Devi manifestou sentimentos maternais em relação ao seu filho da vida anterior e reagiu a todos os outros membros da família com evidente reconhecimento e afeto.

Este caso é importante devido à elevada proporção de detalhes corretos fornecidos e porque houve uma investigação antes de as duas famílias se encontrarem. Dos 2500 casos documentados até à data, apenas cerca de vinte e cinco das crianças foram entrevistadas de forma independente antes de conhecerem as famílias da vida anterior, o que deixa

margem para a sugestão de que poderiam ter aprendido alguns dos detalhes dessas vidas através dessas famílias.

Outro caso notável e muito mais recente, que apresenta algumas características semelhantes, é o de Titu Singh, nascido em 1986 na aldeia de Baad, na Índia. Tinha dois anos e meio quando começou a falar de uma vida anterior terminada violentamente com o seu assassínio. Afirmava ter sido Suresh Verma, casado com uma mulher chamada Uma e pai de duas crianças, Ronu e Sonu; possuíra uma loja de rádios e televisores em Agra. Inicialmente, a sua família não acreditou, mas acabou por ficar suficientemente convencida para enviar o irmão mais velho à cidade de Agra, situada a 8 milhas (13 km). Lá encontrou a loja, chamada Suresh Radio, e conheceu Uma, a viúva.

O irmão de Titu explicou a Uma a razão da visita, e ela foi à casa da família no dia seguinte. Titu reconheceu-a imediatamente e chamou os pais para lhes dizer que a sua "outra família" tinha chegado.

Depois de conversarem com Uma e com os pais de Suresh Verma, a família de Titu decidiu investigar mais. Quando tinha cerca de seis anos, Titu foi levado à loja em Agra, onde comentou alterações que tinham sido feitas, como a presença de novas prateleiras. Cumprimentou Uma e recordou-lhe acontecimentos da vida conjugal de ambos; ela acabou por aceitar, com alguma angústia, que ele era a reencarnação do seu falecido marido. Posteriormente, Titu reconheceu os dois filhos entre um grupo de crianças que brincavam na rua.

Um detalhe fascinante neste caso é o facto de Titu possuir uma marca de nascença na cabeça, exatamente no local onde afirma que a bala o atingiu; trata-se precisamente do mesmo ponto da ferida descrita no relatório da autópsia de Suresh Verma. Em 1992, Titu compareceu num tribunal de Agra e convenceu as autoridades de que era vítima de homicídio, chegando a identificar o seu assassino.

Num documentário da BBC exibido em março de 1990 na série Forty Minutes, as duas famílias de Titu encontraram-se e foram entrevistadas. Quando vi o programa, o que mais me impressionou foram as dificuldades envolvidas quando alguém tem duas vidas e quer tentar vivê-las ambas. Na altura, eu própria estava empenhada em tentar localizar a minha família de

uma vida passada; o programa encorajou-me, mas também me tornou muito consciente dos problemas emocionais que isso poderia suscitar.

Tanto Shanti Devi como Titu Singh tinham feito aquilo que eu procurava fazer: tinham recuperado aquilo que fora perdido. Mas tornou-se claro que, de certo modo, isso também pode impedir o avanço. Shanti Devi nunca casou; sentia-se sempre casada com Kedar Nath Chaubey, apesar de ele ter tomado uma segunda esposa. Titu Singh sentia-se fortemente atraído pelo seu passado e pelos seus pais anteriores, o que deve ter deixado os seus pais atuais muito inquietos. Esta sensação de ser puxado em duas direções diferentes é parte integrante de tais memórias; essa mesma tensão pode ser uma das razões pelas quais as memórias persistem no presente.

As memórias de vidas passadas recuperadas sob hipnose não parecem exigir a mesma sensação de um passado por resolver, exceto quando utilizadas em terapia. As recordações que emergem durante a regressão hipnótica foram normalmente esquecidas porque o sujeito conseguiu libertar-se dessa vida anterior — o que eu acredito ser o que deve acontecer. Ainda assim, as memórias mais fáceis de aceder sob hipnose são aquelas que envolvem um sentimento de algo não resolvido. O nosso passado faz parte de nós e, se considerarmos que temos muitas vidas, então a memória dessas vidas também tem de fazer parte de nós. Isto sugere que a memória não está armazenada apenas no cérebro físico, mas constitui uma parte integrante do espírito.

Embora a maior parte da investigação documentada tenha sido realizada no Oriente, onde a noção de reencarnação é culturalmente aceite, estão agora a surgir mais casos de crianças ocidentais que recordam vidas passadas. Isto poderá dever-se ao facto de os pais de hoje estarem mais dispostos a ouvir aquilo que os filhos lhes dizem sem menosprezar as suas afirmações — mesmo que não acreditem necessariamente nelas.

Em The Children That Time Forgot, Mary Harrison descreve como colocou um anúncio numa revista feminina pedindo às mães que a contactassem caso tivessem tido experiências invulgares com crianças pequenas. Esperava recolher anedotas leves para um livro; em vez disso, recebeu centenas de cartas acerca de crianças que relatavam detalhes de vidas anteriores. A expressão mais comum utilizada pelas crianças era: “quando eu estive aqui antes”.

As histórias que contavam eram consistentes nos detalhes; não mudavam nem se tornavam mais elaboradas a cada nova narração, apesar da pouca idade das crianças envolvidas.

Mary observa também que algumas crianças eram capazes de recordar o período entre vidas e a espera para serem concebidas. Existia uma barreira de energia frequentemente descrita como um rio que tinha de ser atravessado. O Dr. Peter Fenwick, do Institute of Psychiatry, realizou leituras de ondas cerebrais em crianças ainda por nascer e concluiu que, antes do nascimento, os padrões eram idênticos aos de um adulto enquanto sonha, sugerindo que os bebés sonham ainda no útero. Contudo, os nossos sonhos são normalmente estimulados por experiências passadas e presentes. Numa criança por nascer, sem experiências da vida atual, as imagens mentais suscetíveis de estimular sonhos poderão muito bem relacionar-se com vidas anteriores ou com o período entre vidas.

Quando cada um dos meus filhos nasceu, observei-os automaticamente para tentar perceber quem tinham sido antes. Já fazia isto espontaneamente com amigos há vários anos, pelo que não fiquei minimamente perturbada quando, após um pouco de concentração, consegui ver outro rosto sobreposto ao rosto do meu bebé. Com esse vislumbre, tal como nas ocasiões anteriores, captei também imagens fragmentadas relacionadas com essas vidas passadas.

Embora tenha contado a Steve e à minha mãe os passados que tinha visto para eles, nunca mencionei nada disso aos meus filhos. Preferi esperar para ver se eles próprios se lembrariam de alguma coisa e se isso corresponderia ao que eu tinha visto. Além disso, sinto profundamente que as crianças devem ser encorajadas a desenvolver os seus próprios pontos de vista, pelo que não discuti as minhas opiniões sobre reencarnação e vidas passadas com eles até terem idade suficiente para pedirem a minha opinião e refletirem por si próprios.

Vi o meu filho como um jovem soldado na Europa, possivelmente em France. Aos dois anos, ele próprio costumava falar animadamente sobre alpinismo, descrevendo e nomeando equipamento de montanhismo. Sem mencionar vidas passadas, perguntei-lhe cuidadosamente se achava que alguma vez tinha vivido perto de uma montanha. A resposta foi imediata: “Não, mas um amigo meu viveu.” Deixei o assunto por aí e, eventualmente, deixou de falar sobre escalada. Alguns anos mais tarde

tinha-se esquecido completamente da experiência e hoje já não guarda qualquer recordação dela.

A minha filha aparentemente também tivera uma vida passada na Europa: vi-a como avó num dos Estados Bálticos, vestida de preto e rodeada por uma família numerosa e afetuosa. Quando era pequena, Heather vestia-se como uma senhora colocando um xaile sobre a cabeça e cruzando-o sobre o corpo ao estilo de uma camponesa centro-europeia de outros tempos. Quando me ajudava a fazer massa, moldava-a em formas que me lembravam bolachas que eu tinha visto muitos anos antes num festival letão. Como estas eram atividades lúdicas e não memórias conscientes, Heather não as associava a uma vida passada.

Porque é que algumas pessoas aparentemente conseguem recordar vidas passadas enquanto a maioria parece esquecê-las? É provável que a maior parte das crianças conserve uma memória fragmentária de vidas anteriores, mas a integração normal na vida presente permite-lhes esquecê-las à medida que crescem. Isto tende a ser a norma, pelo que os adultos que recordam vidas passadas são uma minoria. É extremamente raro alguém conservar uma memória detalhada de uma vida anterior até à idade adulta; para isso seria talvez necessária uma combinação de passado não resolvido e personalidade tenaz.

Os estudos de caso sugerem que, quando as memórias persistem, existe um forte compromisso emocional com a vida passada. Em praticamente todos os casos infantis estudados houve um fim súbito e prematuro da vida, bem como uma sensação de assuntos inacabados. Estas crianças podem também ter trazido consigo um forte sentido de responsabilidade ou culpa, ou a angústia da separação de uma família amada. Poderão igualmente possuir uma determinação em recordar que explicaria porque precisam de reforçar as suas memórias falando sobre elas e representando-as em brincadeiras.

Estes fatores eram evidentes nos casos de Shanti Devi e Titu Singh, particularmente o sentimento de perda e de assuntos inacabados. Estavam na origem do meu impulso para procurar a família de Mary Sutton e também se manifestavam nas minhas outras vidas recordadas.

As outras vidas de que sempre me lembrei desde a infância afetaram a minha vida presente quase tanto quanto as memórias de Mary. A minha

segunda memória de vida passada mais marcante foi a de uma jovem rapariga no Japan. Foi uma vida sobre a qual me foi difícil falar até recentemente, porque também trouxe à superfície em mim um sentimento de responsabilidade falhada.

O período situava-se algures em meados do século XIX (de algum modo sempre tive um conhecimento interior da época em que decorreram as minhas vidas passadas). Eu era um dos filhos de uma família abastada que vivia perto de uma pequena aldeia piscatória na costa noroeste da ilha meridional do Japão. Mais a norte existia uma comunidade maior para onde não me era permitido viajar sozinha. Vivíamos numa casa agradável na encosta acima da aldeia e nós, as crianças, não tínhamos autorização para conviver com os trabalhadores cujas pequenas habitações se amontoavam junto à costa, perto dos grupos de barcos de pesca. Não me recordo de ser obrigada a trabalhar e a minha vida era muito calma e ordenada, embora bastante limitada.

Quando tinha cerca de dezassete anos, o meu pai levou-me à cidade situada a norte. Viajámos de barco; era maior do que os pequenos barcos de pesca da aldeia, mas ainda assim estava apinhado. Eu ia conhecer um homem influente com quem o meu pai tinha combinado o meu casamento, por isso a viagem era motivo de grande excitação. Mas, quando finalmente chegámos ao destino, senti-me desconfortável naquele lugar; não estava habituada às multidões e a cidade era muito menos bela do que a nossa casa na encosta.

Quando conheci o homem com quem iria casar, a minha tristeza intensificou-se. Sabia que era um excelente partido do ponto de vista da família, pois ocupava uma posição importante, mas era velho e nada atraente. Enquanto o meu pai e o homem idoso conversavam e faziam arranjos, fui levada para outra sala. Estávamos numa casa grande; não sabia se era a casa do meu noivo ou se pertencia à família da parente idosa que permaneceu comigo em quase silêncio enquanto os homens conduziam as negociações. Só tinha estado na mesma sala que o meu futuro marido durante alguns minutos e apenas falara para responder a algumas perguntas corteses sobre a viagem. Mais tarde nesse dia partimos e ficámos noutro local antes da viagem de regresso.

O meu pai trouxe-me de volta a casa para preparar o casamento. Tudo tinha sido acordado e, como filha japonesa obediente, eu não tinha qualquer

palavra na decisão. Sentia-me frustrada e deprimida; tinha de fazer aquilo que o meu pai queria porque desobedecer-lhe seria desonrá-lo. Simplesmente não tinha o direito de recusar o casamento; o meu pai escolhera bem e fizera um excelente acordo. Mas, embora a recusa fosse impensável, era isso, no fundo, que eu desejava. Sentia vergonha por um pensamento tão rebelde me atravessar sequer a mente, mas pelo menos tinha respeito suficiente pelo meu pai para esconder os meus sentimentos.

Pouco tempo depois estava novamente no barco, desta vez a caminho do meu casamento. Sabia que tinha de ir, em obediência ao meu pai — uma obediência que em breve seria transferida para o meu novo marido. Estávamos já com terra à vista, perto do final da viagem, quando o barco colidiu com uma pequena embarcação de pesca; a tripulação do barco menor estava demasiado ocupada a discutir entre si para reparar que se encaminhava para um acidente.

Ouviu-se um embate bastante forte. Os passageiros estavam apertados uns contra os outros, alguns de pé, e com o impacto vários de nós fomos atirados à água. Como nunca me tinham permitido brincar com as crianças da aldeia, eu nunca aprendera a nadar, mas deveria estar suficientemente perto do barco para ser retirada da água. Contudo, por alguma razão, não foi isso que aconteceu.

Recordo um breve instante de pânico absoluto, seguido de uma sensação de dissociação enquanto o meu corpo afundava frouxamente na água. A transição do corpo inconsciente para um espírito livre do corpo passou quase despercebida: pareceu-me simplesmente mover-me de forma natural para um estado onde não existia medo. Não olhei para trás para ver se o meu corpo continuava a afundar-se, mas fui atraída para algo que parecia um movimento giratório no sentido contrário ao dos ponteiros do relógio na água acima de mim. Reconheci aquilo como a morte e a liberdade e não ofereci resistência enquanto era atraída para o vórtice e para a paz.

Embora esta morte me tivesse permitido escapar de uma vida que eu não desejava, sempre carreguei um grande sentimento de culpa por ter morrido naquele momento, como se tivesse escolhido deliberadamente morrer em vez de seguir o caminho do dever e da responsabilidade. Recentemente, porém, estive envolvida numa conversa sobre um afogamento ocorrido de forma muito semelhante. Disseram-me que, por

vezes, quando as pessoas atingem a água, o choque leva-as a inspirar profundamente, enchendo os pulmões de água. Tornando-se pesadas dessa forma, tendem a afundar-se sem voltar à superfície.

Nesse momento da conversa, a minha morte no Japão surgiu-me repentinamente na mente e dei por mim em lágrimas. Durante todos estes anos sentira-me culpada e responsável por algo que tinha sido puro acidente. Finalmente consegui perdoar-me e compreender que estava na altura de abandonar sentimentos dolorosos vindos de vidas passadas.

Da mesma forma, também me sentira culpada pela morte de Mary, o que constituiu uma das principais razões da minha procura pela família dela. Por fim, consegui libertar-me dessa culpa quando compreendi que ela não tinha qualquer responsabilidade pela própria morte. Assim, é possível ver emergir um padrão ao longo de mais de uma vida, exprimindo uma continuidade da personalidade.

Curiosamente, provavelmente a minha memória mais antiga no tempo é também a mais feliz. Longe de estar relacionada com assuntos inacabados, está impregnada de uma enorme sensação de conclusão e realização. Esta memória acompanha-me desde a infância.

Eu era um jovem homem e estivera longe da minha aldeia durante muito tempo, provavelmente numa caçada. A principal imagem que guardo dessa época é a de caminhar sobre a última colina antes de chegar a casa e ver o conjunto de pequenas cabanas redondas agrupadas junto à margem de um grande lago. Estava sozinho e regressava com um enorme sentimento de triunfo.

A paisagem em redor era muito verde e o clima ameno. Para além do lago conseguia ver montanhas à direita e, à esquerda, uma floresta que exigiria incontáveis dias para ser atravessada — se é que poderia ser atravessada. Não conseguia ver campos nem sinais evidentes de cultivo; a maior parte da terra parecia coberta por floresta.

As minhas roupas eram feitas de pele animal, mas eram macias e flexíveis, cuidadosamente cosidas. Transportava tudo aquilo de que necessitava para sobreviver e valorizava cada pequeno objeto que possuía de forma quase mística. Na minha vida atual tendo a rodear-me de desordem; a simplicidade das minhas posses naquela vida antiga dava-me uma profunda sensação de liberdade.

Este fragmento temporal poderá ser pré-celta; a imagem é certamente muito antiga. Os Celtas, agricultores e tecelões, chegaram à United Kingdom por volta de 600 a.C. A imagem que recordo pertence a um tempo muito mais primitivo, aparentemente sem tecidos nem cultivo da terra, embora algumas áreas tivessem sido desbastadas de árvores.

A agricultura começou efetivamente na Grã-Bretanha durante o Neolítico, por volta de 3500 a.C.; sabe-se que existem aldeias construídas em pedra datadas de 2000 a.C. — uma delas ainda subsiste nas Orkney Islands. A aldeia que vi consistia apenas num pequeno conjunto de cabanas redondas que sinto terem sido construídas em madeira com telhados de colmo. Isto significa que o período poderá remontar a cerca de 3000 a.C., 1400 anos antes da construção de Stonehenge. Nessa época, as casas eram feitas de ramos entrançados revestidos de lama e cobertas com telhados de colmo. O cultivo de cereais já tinha começado e a colheita era feita com foices de pedra afiadas.

Não tenho certeza quanto ao país, mas era algures com um clima temperado que parecia predominantemente fresco em vez de quente. Um povoado na Scotland durante o final da Idade da Pedra parece plausível; alguns dos detalhes encaixam certamente e a paisagem, com os seus lagos e montanhas, é a que mais se aproxima da região desse passado distante.

O mais importante para mim é que se tratava de um momento de imensa alegria. É esta a imagem que me surge em sonhos e noutras ocasiões sempre que sinto um sentimento de realização ou plenitude.

CAPÍTULO 4

Vidas Passadas Recuperadas

Regressão hipnótica

As minhas memórias de vidas passadas continuam presentes e, ocasionalmente, surgem mais alguns detalhes, ou vejo um outro rosto sobreposto ao meu no espelho, juntamente com todos os sentimentos associados a outro tempo. Essas memórias são agora uma mistura de várias vidas de que sempre me recordei — três com algum detalhe e outras seis que vieram à superfície enquanto eu participava numa experiência de regressão hipnótica em 1988.

Originalmente submeti-me à experiência a pedido de uma amiga que estava convencida de que ela seria útil na minha procura pela família de Mary Sutton. Foi ela quem me apresentou ao hipnotizador, Jim Alexander, que já tinha interesse em investigar regressões a vidas passadas. A minha própria necessidade era extrair da experiência tudo aquilo que pudesse acrescentar à minha memória da vida de Mary na Ireland do início deste século.

Em particular, esperava que isso me permitisse recordar o apelido dela, que até então me escapara. No fim de contas, isso não foi necessário, mas a experiência trouxe à luz vários detalhes adicionais e proporcionou-me uma perspetiva interessante sobre o método.

A hipnose utilizada desta forma ajuda certamente a recuperar material há muito esquecido e, como a experiência era de Jim e não minha, explorámos também outros tempos e outras vidas em conjunto. Isso deu-me a oportunidade de recordar mais detalhes acerca das vidas de que sempre me lembrara sem ajuda e de observar várias outras de que anteriormente não tinha conhecimento.

A experiência da própria hipnose é curiosa. Eu sempre fora capaz de entrar num transe ligeiro sem perceber que estava, na realidade, a hipnotizar-me a mim mesma. O que o hipnotizador faz é orientar a pessoa para um estado de auto-hipnose; ter o hipnotizador presente e no controlo torna mais fácil para o sujeito concentrar-se, relaxar e mergulhar mais profundamente na mente.

O hipnotizador começa por conduzir o sujeito através de um processo de relaxamento progressivo, muitas vezes utilizando algum tipo de imagem mental, como visualizar a descida de uma escadaria. Isto continua até que o hipnotizador consiga perceber, pelas alterações do estado físico da pessoa e dos padrões respiratórios, que foi atingido um transe suficientemente profundo.

Após a primeira sessão, Jim conseguiu poupar o tempo e o esforço de me "induzir" o transe em cada ocasião usando um gatilho, sob a forma de uma mão colocada no meu ombro. Isso tinha o efeito de me colocar quase instantaneamente sob hipnose. Nesse estado, eu teria uma vaga consciência de que o meu corpo ficava frouxo e a minha respiração mais lenta; depois disso, toda a minha atenção se concentrava nas imagens da minha mente, com muito pouca perceção corporal.

As sessões duravam cerca de uma hora cada, embora nunca parecessem durar mais de cinco minutos. Assim que entrava em transe, Jim pedia-me para ver o tempo a mover-se, e eu via ao longe uma série de imagens desfocadas. Depois pedia-me que fosse até um ponto no tempo que me atraísse, ou até um ano ou idade específicos. Sentia como se estivesse a precipitar-me para a frente até parar, encontrando-me dentro de uma cena recordada quer desta vida quer de uma vida passada.

Já me perguntaram se este recordar é como ver um filme; a minha experiência é que se parece mais com recordar aquilo que estávamos a fazer há algumas semanas. Sentia uma consciência de mim mesma naquele tempo e conseguia olhar em redor e descrever o que lá estava. Também experienciava as emoções que a memória despertava e, correspondentemente, a pessoa que estava sentada na cadeira do hipnotizador, no tempo presente, chorava, sorria ou tremia de medo.

Depois de observar um determinado ponto no tempo, Jim pedia-me para ir até outro ponto; depois, para testar a consistência do que eu descrevera anteriormente, podia fazer-me saltar repetidamente entre diferentes momentos de diferentes vidas. Por vezes parecia viajar numa montanha-russa através do tempo enquanto me deslocava rapidamente para trás e para a frente. Ao longo de tudo isto, Jim interrogava-me sobre aquilo que eu via e eu respondia, ouvindo por vezes a minha voz de uma forma quase desligada do corpo, como se pertencesse a outra pessoa — a pessoa que eu tinha sido na vida que estava a recordar.

A profundidade do transe aumentava ao longo da sessão, atingindo o seu nível máximo perto do final. No início, quando o nível de hipnose era relativamente superficial, o meu eu consciente estava muito atento ao que se passava, o que tendia a interferir no fluxo das respostas. Perto do final, quando o transe era muito mais profundo, por vezes tornava-se difícil falar, embora os detalhes que eu via e sentia pudessem ser bastante fascinantes. Parecia existir um nível ideal durante a parte intermédia da sessão, no qual era mais fácil recordar e falar sobre detalhes e responder a perguntas sem interferência consciente.

Frequentemente, os detalhes fornecidos sob hipnose não são tão claros como aqueles recordados espontaneamente pelas crianças, o que muitas vezes torna estes casos mais difíceis de verificar. No entanto, foi encontrada verificação para alguns casos de regressão hipnótica, quando o sujeito apresentou informações verificáveis a que não poderia ter tido acesso de qualquer outra forma.

Um desses casos, descrito na revista Reincarnation International (Edição 2, abril de 1994), é o de Ray Bryant, que foi submetido a regressão em 1980 por Joe Keeton, um hipnotizador bem conhecido pelo seu trabalho em regressão hipnótica. As provas deste caso eram notáveis.

Ray, jornalista do Reading Evening Post, submeteu-se à hipnose como parte de uma investigação para uma série de artigos. Uma das personalidades que descreveu ter sido era o sargento Reuben St— (não tinha a certeza do apelido), que lutara no 47.º Regimento de Infantaria na Crimean War.

Mais tarde, por acaso, um investigador independente que estudava outro caso na biblioteca pública encontrou o registo de um sargento Reuben Stafford em Casualty Roll for the Crimean War, de Frank e Andrea Cook, sob o título “Assault on the Quarries, 47th Regiment of Foot”. Eventualmente, foi também encontrado um certificado de óbito declarando que Stafford morrera afogado em 1879, nas docas de Millwall Docks, exatamente como Ray Bryant descrevera sob hipnose.

O que mais me interessou neste caso foi o facto de destacar algo com que eu própria tinha dificuldades — recordar apelidos. A explicação dada por Joe Keeton é que, em séculos anteriores, as pessoas eram conhecidas quase exclusivamente pelos seus nomes próprios. Mesmo sob hipnose, eu

achava os apelidos difíceis de recordar. Contudo, a minha própria experiência produziu outras informações muito úteis.

Depois de Yesterday's Children ter sido publicado, fiquei bastante entusiasmada ao receber não apenas uma forte resposta positiva dos leitores, mas também a confirmação de ainda mais detalhes da vida de Mary. Sob hipnose eu tinha descrito uma grande casa onde Mary trabalhava enquanto ainda vivia com os pais na aldeia de Portmarnock, perto de Dublin, e um médico que visitava a casa no único automóvel que ela alguma vez vira. Mas ainda não tinha conseguido localizar a casa nem os seus ocupantes.

Alguns meses após a publicação do livro, recebi uma carta que me deu boas razões para levar a sério as memórias que recuperara sob hipnose. Vinha de um proprietário de garagem local que tinha sido contactado pelo Sr. Mahon, que já me ajudara enormemente na minha investigação. O Sr. Mahon, um idoso residente em Swords Road que fora vizinho da família Sutton nas décadas de 1920 e 1930, ajudou a confirmar alguns detalhes da minha memória da família, o que me auxiliou na localização dos sobreviventes.

Ele acreditava poder ajudar a identificar a casa e, por isso, enviei-lhe desenhos da fachada e descrições dos anexos e da proprietária. No momento em que escrevo, existe uma casa que parece corresponder à descrição e que era propriedade de uma viúva na década de 1920; ainda não a visitei para uma confirmação mais definitiva. O meu correspondente identificou o médico como um Dr. Calahan, proprietário do Grand Hotel entre 1912 e 1919, quando Mary Sutton teria entre dezassete e vinte e quatro anos; ele tinha o hábito de visitar as famílias abastadas da região e teria visitado a casa de que me lembro. O pai do meu correspondente fora criado de quarto do médico.

Sempre gostei de sustentar as minhas experiências psíquicas com provas sólidas e a minha procura pela família de Mary Sutton foi um longo trabalho de detetive. Foi emocionante quando finalmente obtive confirmação objetiva daquilo que sempre soubera. Mas não foi tão fácil encontrar verificação para os meus outros “eus”.

A ausência de um apelido tornou praticamente impossível localizar uma vida curta como a de um rapazinho que descrevi várias vezes sob

hipnose. Ele nascera em 1940 e morrera de algum tipo de febre em 1945 — eu lembrava-me da doença, embora não da morte. Dei o seu nome como Charles S— e pensei que o pai pudesse chamar-se Raymond.

A estrada onde vivia parecia chamar-se Crest Hill ou Hill Crest. Descrevi um sinal de trânsito com letras num canto que pareciam "NW" e supus que o local pudesse situar-se no norte de London, não muito longe de onde nasci nesta vida. Descobri que existia uma Hillcrest Avenue no subúrbio londrino de Hendon e conduzi até lá um dia com as crianças. Embora não parecesse exatamente correto, fiquei inicialmente bastante entusiasmada ao descobrir que a família judaica que ali vivera no período certo tinha um apelido começado por S e um filho nascido em 1940. Mas, ao investigar mais, descobri que ele ainda estava vivo.

Havia muito pouco por onde avançar. As minhas memórias eram as de uma criança reservada e algo solitária que passava a maior parte do tempo sozinha, quer na área em frente da casa quer no jardim, onde existia pelo menos uma árvore madura e uma vista da casa sugerindo arquitetura vitoriana tardia. No interior, a família passava sobretudo o tempo na cozinha das traseiras, da qual consegui fornecer uma descrição bastante detalhada.

Quase em frente da casa havia uma rua lateral ligeiramente inclinada para cima, mas o percurso que Charles fazia mais frequentemente, de mão dada com a mãe, descia até um cruzamento onde eu via o sinal de trânsito; portanto, este poderia pertencer a uma rua adjacente.

Existia uma brincadeira junto ao passeio, com um pé dentro e outro fora do lancil, saltitando para cima e para baixo; a estrada estava praticamente vazia, sem perigo proveniente de automóveis.

Empenhei bastante trabalho na tentativa de localizar Charles. Com a minha mãe visitei o Registo Civil em Hertford, onde os registos de nascimentos, mortes e casamentos de todo o país são mantidos em microfichas. Diversas viagens e muitas horas de investigação levaram-nos até ao final de 1945 e revelaram apenas um Charles S— que estivera vivo durante o período correto e morrera aos seis anos em 1945.

Charles revelou-se um nome muito invulgar para crianças daquela época; até então, este era o único que encontráramos. Contudo, vivera em

Gateshead, no nordeste de Inglaterra, e nem o nome da estrada nem o do pai correspondiam.

No fim, tive de abandonar a busca. Passei três ou quatro dias a viajar para consultar os registos, uma tarefa longa e extremamente aborrecida. Os meus esforços para localizar esta vida curta e algo triste demonstram quão difícil pode ser comprovar até memórias relativamente recentes.

A vida seguinte que recordei durante as minhas sessões de hipnose foi a imediatamente anterior à minha vida japonesa. Eu era uma rapariga de uma família numerosa que vivia em Southampton por volta de 1830, muito perto das docas ocidentais. Vivíamos no lado leste de uma pequena rua ladeada por minúsculas e sobrelotadas casas geminadas, que descia ligeiramente até à estrada principal do cais. Aí eu conseguia ver grandes navios; descrevi um navio particularmente impressionante com três mastros altos, atracado um pouco afastado do cais de carga.

O meu pai nessa vida era um bêbedo violento; a maior parte da sua agressividade era dirigida à nossa mãe, desgastada pelo trabalho, que tentava alimentar-nos aceitando roupa para lavar e remendar. Eu tinha um amigo, um rapaz alto e magro mais ou menos da minha idade. Tentávamos obter comida extra encontrando o que conseguíssemos nas docas, principalmente recolhendo mercadorias que caíam de embalagens danificadas; existia um sentimento de culpa e receio de sermos apanhados, como se pudéssemos ser acusados de roubo. Se encontrássemos alguma coisa, eu levava a minha parte para casa, para a minha mãe e os meus irmãos.

Lembro-me de me esconder com uma irmã mais nova quando o meu pai regressou a casa embriagado numa noite e de assistir a uma agressão; percebi que em breve chegaria a minha vez de me tornar o seu bode expiatório. Foi depois desse incidente que parece ter surgido em mim a decisão de fugir de casa. O meu sentido de propósito refletia um traço de personalidade reconhecível que mantenho na vida presente — uma determinação teimosa em avançar depois de tomada uma decisão.

Era uma má época da História para fugir de casa sem ter onde viver. Existia o risco de ser presa por vadiagem, por isso encontrar comida e um local para dormir exigia cautela além de habilidade. Devia ser primavera,

porque me lembro de comer rebentos novos de espinheiro arrancados das sebes, enquanto as noites eram bastante frias.

As minhas últimas memórias são de estar deitada perto de um cavalo enquanto me escondia num estábulo, sentindo-me fraca, cansada e esfomeada. Tenho a impressão de que isso aconteceu apenas algumas semanas depois de abandonar a casa. Não tenho memória do momento exato da morte; tudo simplesmente pareceu fundir-se — o cheiro e o calor dos cavalos, a palha húmida — numa estranha sensação de vertigem dissociada em que simplesmente me deixei ir.

Um detalhe interessante desta vida passada é que o rapaz com quem eu fazia expedições de recolha nas docas me fazia lembrar muito o meu marido atual, Steve. Quando as pessoas são submetidas a regressão, não é de todo invulgar descobrirem que pessoas envolvidas nas suas vidas presentes também fizeram parte de vidas anteriores.

As histórias de vidas passadas ganham convicção quando várias pessoas relacionadas entre si são submetidas independentemente a regressão e descrevem vidas vividas no mesmo tempo e lugar, nas quais também estavam ligadas de algum modo. Um grupo de pessoas que acreditava ter sido reunido ao longo de várias vidas foi apresentado na série televisiva Strange But True?, da London Weekend Television, em 1994.

A história começou com a regressão hipnótica de Maureen Williamson, na California. Ela recordou uma vida durante a American Civil War como Becky, esposa de um homem chamado John Daniel Ashford, que fora espião em tempo de guerra.

Durante sessões subsequentes de hipnose, começou a identificar pessoas que conhecia na vida atual como tendo vivido ao seu lado na mesma pequena cidade de Millboro, na década de 1860, nas suas próprias vidas passadas. Eventualmente, a hipnotizadora, Dra. Marge Rieder, reuniu nada menos do que cinquenta pessoas que conseguiram recordar sob hipnose vidas interligadas naquele período. Cada uma era capaz de fornecer detalhes que corroboravam as afirmações das outras, mesmo sem conhecimento prévio do que tinham dito.

O membro mais cético do grupo — e o mais relutante em submeter-se à hipnose — era Pat Greene, o homem identificado pela Dra. Rieder como

tendo sido John Daniel Ashford. Contudo, foi provavelmente ele quem forneceu as provas mais convincentes.

Vários membros do grupo foram levados até à agora quase deserta vila de Millboro, onde identificaram separadamente edifícios e outros detalhes descritos nos seus relatos. Mais tarde, porém, mostraram a Pat Greene uma antiga fotografia da vila e ele apontou uma casa que, segundo afirmou, continha uma divisão escondida subterrânea. Algum tempo depois, um incêndio revelou que realmente existia uma divisão oculta debaixo da casa, desconhecida até pelos proprietários.

Existem várias pessoas que conheço atualmente e que parecem ter desempenhado um papel nas minhas vidas passadas. Curiosamente, também nos meus vislumbres daquilo que acredito ser uma vida futura no Nepal, pelo menos um amigo da minha vida presente parece estar comigo. Ao longo dos anos conheci igualmente várias pessoas que causaram em mim uma espécie de impacto emocional instantâneo; por vezes o sentimento foi de alívio, noutras ocasiões um medo súbito de voltar a ser separada delas, e com outras ainda houve uma sensação imediata de proximidade íntima do tipo que normalmente leva anos a desenvolver.

Sempre aceitei que esses encontros envolviam alguém importante de uma vida anterior, mesmo quando não me lembro da própria vida. Em criança, a minha mãe era a única pessoa com quem eu tinha um sentimento de amizade duradoura.

Outras pessoas obviamente têm o mesmo sentimento de reconhecimento imediato. Uma amiga introduziu o assunto dizendo-me que, durante anos, se perguntara se alguma vez encontraria a pessoa que sentia ter sido uma irmã no antigo Egypt. Embora eu não conseguisse lembrar-me de ter estado lá, tive de concordar que o laço entre nós era forte. A minha amiga falou-me de um pátio com uma fonte e um chão em mosaico onde os ladrilhos formavam padrões de arcos e círculos; essa memória acompanhava-a desde a primeira infância.

Em The Children That Time Forgot, um rapazinho chamado Daniel disse que alguns dos seus amigos tinham nascido ao mesmo tempo que ele.

“... Todos sabiam que se encontrariam enquanto vivessem na Terra. Quando a mãe lhe perguntou se conhecia algum desses amigos, Daniel

disse-lhe que ainda não os tinha encontrado, mas tinha a certeza de que, assim que conhecesse um deles, reconhecer-se-iam imediatamente."

A exatidão de uma memória de vida passada obtida através de hipnose pode não ser cem por cento perfeita. Tende a ser semelhante à das memórias de infância, na medida em que podemos recordar um determinado acontecimento sem ter a certeza exata da idade que tínhamos, ou de em que férias sofremos um acidente, ou do nome de um colega de escola cujo rosto recordamos vividamente; mas é o conteúdo emocional das nossas memórias aquilo que mais profundamente nos afeta.

É por isso que a regressão hipnótica pode ser útil como forma de terapia para ajudar as pessoas a lidar com sentimentos não resolvidos que poderão ter origem num passado muito distante. Muitas vezes, acontecimentos traumáticos do passado — quer desta vida quer de vidas anteriores — impedem-nos de viver plenamente, embora não nos lembremos dos próprios acontecimentos devido às associações dolorosas que lhes estão ligadas.

A terapia de regressão é frequentemente bem-sucedida na identificação das causas passadas do stress atual. Em certas ocasiões, isto exige observar não apenas a infância da pessoa, mas também vidas anteriores. Descobrir e enfrentar um trauma há muito enterrado pode libertar os bloqueios emocionais à sua volta, aliviar a dor emocional e permitir ver o presente em perspetiva. Através do processo de reviver e libertar a memória original, torna-se possível abandonar o seu conteúdo emocional.

No meu próprio caso, antes de iniciar a hipnose, eu já sabia da existência de várias vidas passadas e das emoções associadas a elas. Mas a hipnose ajudou efetivamente a resolver os meus sentimentos num caso específico, ao permitir-me aprofundar uma memória que me acompanhava desde a infância. Eu tinha consciência de que existia uma parte importante dessa memória que me escapava, como se tivesse sido reprimida.

As memórias desta vida estavam comigo desde muito cedo; quando as recordava, sentia-me inadequada, frustrada e profundamente desconfortável, mas elas eram insistentes e eu não conseguia afastá-las. Sabia que tinha sido uma criada, possivelmente chamada Anna, em France durante a primeira metade do século XVIII.

Antes da hipnose, recordava sobretudo os anos da adolescência e início da idade adulta, suavizados pela companhia e amizade de outra rapariga criada — que me fazia lembrar muito uma amiga atual. A maior parte do nosso tempo parecia ser consumida pelo trabalho; o único alívio estava em brincar e rir enquanto trabalhávamos — e apenas quando sabíamos que ninguém estava suficientemente perto para nos ouvir.

As minhas tarefas domésticas limitavam-se principalmente à limpeza. Sabia que começara em criança a esfregar soalhos e que depois passara a limpar o pó e a polir mobiliário, mas era considerada desajeitada e pouco digna de confiança para qualquer trabalho que exigisse habilidade. Desagradava-me profundamente recordar o sentimento de Anna de ser estúpida, imatura e pouco atraente. Em particular, tinha uma consciência muito forte da falta de instrução, acompanhada de sentimentos de inadequação e inutilidade. Quando comecei a recordar esta vida, ainda não frequentava a escola e não me incomodava o facto de ainda não saber ler. Mas recordar o analfabetismo de Anna fazia-me encolher de vergonha.

Sempre recordei esta vida com relutância, e a memória adicional que ressurgiu durante a regressão apanhou-me de surpresa. Sob hipnose, recordei o terrível dia de 1716 em que fui arrancada da casa rural da minha família para me tornar uma criada de servir numa casa citadina em Boulogne-sur-Mer. Tinha apenas sete anos.

A casa que deixei era a habitação degradada de trabalhadores agrícolas; conseguia ver os caminhos de terra à sua volta e utensílios velhos encostados às paredes exteriores. A minha mãe era uma mulher robusta e agradável, e o meu pai um homem magro e delicado que mantinha constantemente uma expressão preocupada. Tinha vários irmãos e irmãs vestidos com roupas esfarrapadas; éramos obviamente muito pobres, mas, apesar disso, o ambiente era confortável e emocionalmente seguro.

Recordo-me de o meu pai me levar de carroça até à cidade; estava calado e parecia profundamente sombrio. Chegámos a uma grande casa e foi aí que me deixou. Fui conduzida a um pequeno quarto despido, no sótão; as paredes eram de reboco ligeiramente amarelado e o único móvel era uma cama de madeira. Foi nesse momento que fui invadida pela súbita perceção de que nunca mais voltaria a ver a minha família. Eles não me queriam: tinham-me vendido para servir. A minha dor e o meu medo eram esmagadores.

Este era o episódio dessa vida que eu estivera a reprimir. Depois de recuperar esta memória dolorosa, embora a emoção fosse devastadora, consegui compreender porque recordar esta vida passada em particular me fazia sentir tão pouco amada e indesejada.

A hipnose também lançou luz sobre a fase posterior da vida de Anna, passada a deslocar-se de cidade em cidade tentando encontrar trabalho ocasional. Era difícil ganhar a vida e eu perturbava-me com a miséria e pobreza generalizadas. Em adulta, o meu corpo assemelhava-se ao da minha mãe, grande, forte e carinhosamente recordada, mas enquanto ela fora maternal e afetuosa, eu sentia-me sempre sem amor e incapaz de ser amada. Não existia qualquer recordação de casamento ou filhos e, à medida que envelhecia, parecia tornar-me cada vez mais isolada emocionalmente. Recordo apenas até cerca dos cinquenta anos e não tenho memória da morte de Anna.

Ao refletir posteriormente sobre esta vida, ajudou-me poder situá-la no seu contexto histórico. Tratava-se dos anos que antecederam a French Revolution, quando as condições sociais eram muito más. Sempre tivera uma ideia vaga da época em que Anna vivera, mas nunca antes a relacionara com o estado do país naquele período. Agora conseguia compreender porque fui vendida em criança: os meus pais amavam-me, mas não tinham outra escolha. Consegui aceitar as dificuldades da minha vida posterior e libertar-me do sentimento de que todos aqueles sofrimentos tinham sido, de algum modo, culpa minha.

A vida anterior à de Anna, também descoberta sob hipnose, foi difícil de recordar. Eu era um rapaz jovem em 1650 e havia algo de errado comigo; tinha consciência de uma distância entre mim e todas as outras pessoas que sugeria surdez ou autismo. Não conseguia falar nem compreender a fala e, embora conseguisse ver a oficina onde o meu pai cortava madeira, não compreendia o suficiente para poder ajudar. Tratava-se de um grande celeiro aberto com correntes e roldanas utilizadas para mover enormes vigas de madeira. A julgar pelo tamanho das peças acabadas, estavam provavelmente a ser preparadas para trabalhos de construção.

Vários homens trabalharam aqui, mas o meu foco centrou-se principalmente no meu pai, um homem muito bondoso e tolerante que cuidou de mim e era a única pessoa em quem eu sabia que podia confiar. A

hipnose permitiu-me recuar ainda mais no tempo, à medida que saltávamos entre diferentes períodos. Tive um vislumbre muito breve de um tempo como um rapaz pequeno numa grande casa Tudor com o chão coberto de enormes e frias lajes de pedra, e tapeçarias de parede que ajudavam a cortar as correntes de ar. Havia pequenos painéis múltiplos de vidro nas janelas — invulgar naquela época, pois o vidro era muito caro.

Não me vi além dos seis anos de idade, por isso fui incapaz de avaliar se o meu papel era o de servo ou o de filho da casa. Ainda mais atrás, numa data que indiquei como sendo 1223, havia Gwen, a atarracada filha de dezoito anos de uma família que, embora não fosse especialmente rica, era financeiramente segura — poderiam ter sido comerciantes. Eu estava numa reunião para dar as boas-vindas aos meus irmãos que tinham estado fora nas Cruzadas. (Mais tarde, verifiquei a data e descobri que era consistente com as últimas Cruzadas.) Vi uma mesa de madeira enorme e solidamente construída, na qual estava disposta uma variedade de empadas, pão, nozes e bagas, sugerindo um banquete de outono. A casa era de construção sólida, embora incluísse uma grande quantidade de madeira. Embora a minha visão tenha sido breve, este pareceu um bom tempo — muito seguro, e simples mas feliz. Antes de Gwen, recordei ter sido Effan, no País de Gales; perguntaram-me que ano era, e eu disse que era durante o reinado de Dafydd. Calculei depois que o ano poderia ter sido por volta de 800 d.C. Nesta altura, a grande fortificação de terra conhecida como *Offa's Dyke* tinha sido construída para manter as tribos galesas fora de Inglaterra, que tinha sido colonizada pelos Saxões. Houve vários Davids que foram líderes do povo galês.

Como Effan, eu tinha uma família de crianças pequenas por volta dos vinte anos. Esta vida parecia muito feliz, apesar dos problemas típicos daqueles dias. Dois dos meus filhos parecem ter morrido de uma doença que atingira toda a aldeia, levando um número de crianças. Tratava-se provavelmente de um vírus como a varíola, para o qual os adultos poderiam ter desenvolvido imunidade. Vi e descrevi a aldeia, um conjunto de edifícios retangulares erigidos sobre estruturas de madeira que eram provavelmente cobertas com estuque e taipa (gravetos e lama). Nenhum era muito grande.

O tempo era o principal assunto de interesse no dia que eu estava a reviver; tinha chovido tão intensamente que o caminho para fora da aldeia

estava alagado e uma carroça tinha-se afundado na lama tão profundamente que parecia impossível retirá-la. Ali permaneceu, bloqueando o caminho, enquanto os aldeões tentavam perceber o que fazer a esse respeito. A carroça era uma simples plataforma plana feita de madeira, com rodas sólidas e puxada por bois. Eu tinha consciência do meu corpo como Effan: desta vez era de constituição franzina e usava uma peça de roupa de cor baça e sem forma, tecida com fio de lã grossa. Era bastante áspera mas quente e comprida. Mais tarde descobri que esta tecelagem era chamada de *homespun*, e era consistente com o vestuário da época. Embora existam muitas teorias sobre os mecanismos da reencarnação, as minhas experiências levaram-me a tirar as minhas próprias conclusões. Nenhuma das memórias das minhas vidas passadas me colocou numa posição de destaque, ou sequer em tempos particularmente dramáticos.

Perdi a Revolução Francesa por alguns anos e era uma criança muito pequena durante a Segunda Guerra Mundial. Nunca conheci ninguém famoso. A vida mais prestigiosa foi a do Japão, o resto passei-o frequentemente na pobreza, e por duas vezes fui um rapazinho muito retraído. Estatisticamente falando, isto pareceria bastante razoável, uma vez que a maioria das pessoas vive vidas comuns e banais. Seis vidas passadas como rapariga ou mulher e quatro como homem sugeririam uma preferência por ser do sexo feminino. Certos temas parecem de facto repetir-se, incluindo mais do que um caso de um pai violento, e um sentido contínuo de responsabilidade pelo fracasso e sentimentos de culpa por morrer cedo demais.

Acima de tudo, estou plenamente consciente de ser a mesma pessoa ao longo destas vidas; para mim, a característica consistente é o desenvolvimento do eu através de uma série de circunstâncias mutáveis. A mudança é essencial para o crescimento, e cada vida tem o seu próprio conjunto de desafios. A reencarnação é um pouco como passar por uma série de empregos em diferentes cidades; a pessoa permanece a mesma, mas ganha mais experiência à medida que lhe são feitas diferentes exigências. Ao longo de uma vida, mudamos e crescemos lentamente; ao longo de muitas vidas, este processo pode continuar. O espírito permanece o mesmo, libertado na morte para descansar entre vidas noutra dimensão.

CAPÍTULO 5

Entre o Céu e o Mar

A vida entre vidas

Se continuamos após a morte, e podemos regressar a novas vidas repetidamente, o que nos acontece no intervalo? Para onde vamos? Embora algumas pessoas pareçam voltar muito rapidamente, a maioria parece passar um número de anos noutro lugar entre cada vida. Se existe uma continuidade, uma ligação linear unindo a pessoa que passa de uma vida para a seguinte, tem de haver algum lugar para onde a energia dessa pessoa vá quando deixa a forma física. Muitos acontecimentos ao longo dos anos impulsionaram-me a investigar melhor este aspeto da continuidade da alma.

Um deles foi a experiência da minha filha após a morte do meu irmão mais velho. Michael morreu após um acidente de planador no verão de 1986, quando Heather tinha acabado de fazer três anos. Não tínhamos podido visitar o meu irmão ou a sua família durante muito tempo, por isso Heather mal o conhecia. Depois, passadas duas semanas da morte de Michael, Heather disse-me que tinha tido um sonho estranho que "não era um sonho", durante o qual o meu "irmão mágico" a tinha visitado. Perguntei-lhe por que razão ele era mágico e ela explicou que ele tinha sido capaz de se "magicar" para dentro do quarto dela e lhe tinha mostrado um "jardim arco-íris".

Tão bem quanto uma criança de três anos conseguia, contou-me sobre um jardim que não era aqui mas noutro lugar, e que era especial. Embora lhe faltasse a linguagem necessária, era claro pela sua expressão séria que estava a esforçar-se muito para explicar plenamente o que tinha acontecido, e que sabia que era diferente da vida quotidiana ou dos sonhos comuns. Estava um pouco confusa com a experiência e hesitante em falar sobre o assunto, por isso não a pressionei a contar-me mais na altura. Contei a Pat, a minha mãe, sobre o incidente; uma semana depois visitámo-la e, por essa altura, Heather estava feliz por contar à avó sobre o meu irmão mágico que a tinha levado do seu quarto para ver um jardim arco-íris.

A minha mãe tinha estado fora em férias de campismo e tinha visto um arco-íris espetacular no dia da morte de Michael — o que, naturalmente, lhe causou muito sofrimento. Ficou muito impressionada com a coincidência, e a ideia do arco-íris ficou claramente fixada na sua

memória. Pat mostrou a Heather algumas fotografias de ambos os meus irmãos e perguntou qual deles ela tinha visto. Heather apontou instantaneamente para a fotografia de Michael e disse: "Esse! Mas ele não tinha aquele cabelo" — referindo-se ao bigode que ele usara durante vários anos. Passaram-se várias semanas até a minha mãe descobrir que Michael o tinha rapado apenas uma ou duas semanas antes do acidente.

No espaço de um ano, Heather tinha esquecido o incidente, mas os restantes de nós não conseguimos. Alguns anos mais tarde, encontrei alguns relatos de pessoas que tinham tido experiências de quase-morte (EQM), que incluíam descrições de jardins belíssimos e arco-íris vívidos, e não pude deixar de me questionar sobre a descrição da minha filha de um jardim especial e a sua certeza de que o meu falecido irmão a tinha levado lá por magia.

A história de Heather não deu apenas conforto à minha mãe e a outros membros da família; também me deu coragem. Foi, na verdade, um dos catalisadores que me lançou na procura dos meus filhos de vidas passadas, porque me ajudou a aceitar a validade das minhas próprias experiências. Ao partilhar algo do além com a minha filha, o meu irmão tinha-me dado uma espécie de permissão para seguir em frente. Isto foi também curativo para a nossa relação. Michael tinha sido um capelão na RAF e, antes disso, um vigário anglicano.

Em vida, não só as suas opiniões diferiam radicalmente das minhas, como havia uma falha de comunicação entre nós, alargada pelo seu génio que criava um abismo intelectual que eu nunca conseguia alcançar. No entanto, foi Michael quem nos trouxe esta visão — uma visão do céu, mas de onde era possível regressar. Para mim, isto foi compensação suficiente para as muitas coisas sobre as quais não tínhamos podido falar ou concordar. Era como se ele tivesse encontrado uma forma de me dizer que estávamos ambos certos.

Quando me submeti à hipnose para ajudar na minha investigação de vidas passadas, o período entre vidas não foi de todo explorado. Apenas me pediram para olhar para as minhas vidas anteriores, e o Jim sugeriu que eu visse os períodos intermédios como escuros. O meu subconsciente seguiu as sugestões dele — embora eu soubesse dentro de mim que estes períodos não eram escuros, mas cheios de luz — e sob hipnose apenas vi as minhas vidas.

Em vista da complexidade das emoções envolvidas na minha investigação de vidas passadas, esta foi provavelmente uma omissão necessária; eu tinha já o suficiente com que lidar naquela altura. No entanto, juntamente com as minhas memórias da vida como Mary Sutton, eu sempre tivera memórias não só da sua morte, mas do período após a sua morte. Sempre guardara isto para mim — mesmo ao escrever *Yesterday's Children* — porque me sentia nervosa por partilhá-lo com alguém. Parecia tão distante da experiência de todos os outros que eu não tinha a certeza de como as pessoas poderiam reagir, e não tinha forma de provar que tinha sido real. Naquela altura, não tinha encontrado ninguém com recordações semelhantes. Morrer como Mary foi, de facto, a imagem mais forte que conservei dessa vida, por isso, embora a lembrança fosse agudamente dolorosa, não era difícil de evocar — tinha assombrado os meus sonhos em criança.

Lembrava-me de estar deitada numa cama no que sei agora ser o Hospital de Maternidade Rotunda, em Dublim, no outono de 1932. O quarto estava intensamente iluminado, provavelmente com algumas das primeiras iluminações elétricas na Irlanda, o que fazia com que as paredes parecessem de um branco muito brilhante em contraste com a cabana escura de que me lembrava em casa. Como a minha doença durara algum tempo, fui mantida em isolamento e passava grande parte do tempo sozinha; a sensação de solidão aumentava o meu fardo de pesar por deixar os meus filhos para trás. Também estava sozinha no momento da morte. Eu sabia que tinha morrido.

Conseguia lembrar-me de deixar o corpo, não apenas a flutuar para fora dele, mas a ser subitamente expelida, tal como uma boia solta das suas amarras. Isto, concluí mais tarde, poderia ter-se devido à perda do peso do corpo físico, que já não me prendia. Após este ímpeto súbito e veloz para cima, tive a consciência de me imobilizar a cerca de 10 pés acima do corpo e ligeiramente para um dos lados dele. Embora estivesse a um nível mais alto do que o teto, não havia de alguma forma nada a obstruir a minha visão do quarto. Permaneci ali durante algum tempo, o suficiente para ver o marido de Mary aproximar-se da cabeceira, embora seja difícil dizer quanto tempo depois isso aconteceu, pois o meu sentido de tempo neste estado parecia muito vago e, certamente, irrelevante. O que aconteceu a partir deste ponto não foi menos claro. Ainda estava a olhar para trás, para o meu corpo agora vago, quando pareci ser puxada por trás — quase sugada —

para dentro de um tubo longo e estreito, como uma dobra no espaço, um vórtice escuro que me envolveu e me atraiu para outra dimensão. Através dele viajei para trás, sentindo-me de alguma forma dobrada como numa posição fetal relaxada; lentamente, o quarto do hospital afastou-se de mim, parecendo uma visão vista através da extremidade errada de um telescópio e, finalmente, desapareceu por completo.

Agora, feixes de luz intensamente brilhantes começaram a emergir de ambos os lados de mim. Eram prismáticos, como os raios de um arco-íris, mas muito, muito mais brilhantes. Descrevê-los como luz parece de certa forma insuficiente: as cores do arco-íris eram muito mais vibrantes do que a luz normal, tal como um arco-íris real é muito mais vibrante do que um desenhado com lápis de cera. Os feixes de luz passavam por mim em diferentes ângulos e depois espalhavam-se como se irradiassem de um foco central, embora de forma algo aleatória.

Não me recordo do momento exato em que emergi num lugar diferente, mas sei que emergi em algum lugar muito suave e pacífico, muito além de qualquer compreensão normal das palavras. Este período não está claro na minha memória, embora pareça ser a fase recordada mais claramente por outras pessoas que tiveram EQM. Esta é a altura em que elas geralmente se encontram com outras pessoas ou passam por uma revisão das suas vidas.

Parece possível, também, que seja desta fase que as pessoas ocasionalmente regressam, em sonhos ou em forma espiritual, se precisarem de comunicar com aqueles que deixaram para trás. As pessoas que têm EQM têm maior probabilidade de se lembrarem claramente desta fase porque é aquela de onde regressam mais ou menos diretamente. Tudo o que consigo lembrar-me do tempo imediatamente após a minha chegada é que, durante algum tempo, houve muita coisa a acontecer, parte da qual talvez estivesse relacionada com outras pessoas e parte com o meu ajustamento ao meu novo estado de ser. O que permanece mais claramente comigo é a fase que se seguiu a esta: ainda é cristalina.

Encontrei-me a flutuar dentro de algo parecido com uma bolha de sabão; acima, abaixo e em toda a minha volta estavam outras bolhas que eu sabia serem pessoas. Eu não tinha corpo, e isso não importava de todo; não havia necessidade de um corpo. As outras bolhas pareciam ter as energias pacíficas de outras pessoas, também sem corpos mas parecendo completas,

e senti uma empatia total e pacífica com elas. A sensação era quase a de ser como uma célula individual dentro de uma constelação inteira de células, mas também a de ser uma entidade individual demasiado vasta para ser contida numa unidade tão pequena.

Eu ainda tinha consciência de ser eu própria, uma alma individual. Cada bolha brilhava intensamente com uma energia que considerei ser a força vital básica que somos nós mesmos, e pulsavam a ritmos que variavam entre uma batida lenta de ritmo cardíaco e uma vibração constante.

Havia uma grande quantidade de luz de fundo em todo o redor, como se toda a energia vital se expressasse sob a forma de luz. Era difícil ver além dela — parecia ser refletida um pouco como o reflexo dos faróis no nevoeiro. Parte dela tomava a forma de fios como bandas de energia, de cor principalmente branca a azul. Não fossem os seus ângulos estranhos, poderiam ter parecido rios. A sensação geral era de uma energia de luz branca.

Envolvendo tudo, havia um sentimento de calma, uma calma única na qual nada parecia importar, magoar ou preocupar. Aqui, a existência que eu deixara para trás, a vida física tal como a conhecemos, parecia não ser mais do que uma memória vaga. Talvez se tenha tornado simplesmente menos importante à medida que o tempo passava — embora a própria noção de tempo quase não tivesse significado.

Não havia demarcação entre o dia e a noite, apenas uma luz constante e pacífica. Nem havia qualquer sensação de tédio. Acho isto bastante difícil de as pessoas compreenderem. Este estado de ser é tão totalmente diferente da vida física que é difícil de exprimir em palavras, mas, sem corpos, não há necessidade de atividades e diversões.

Basta apenas ser. No entanto, embora aparentemente inativos, parecíamos acabar por ser mais do que éramos quando começámos.

As energias-bolha que eram outras pessoas pareciam sentir-se perto, à minha volta — no entanto, isto não era nada como estar no meio de uma multidão de corpos, o que pode dar origem a todo o tipo de sentimentos como hostilidade ou claustrofobia. Tive a sensação de estar rodeada e envolvida por aquilo que só consigo descrever com sucesso como amor.

Havia um sentido maravilhoso de estar incorporada numa dimensão de existência muito maior.

Embora não tivesse dúvidas sobre a realidade desta memória, provavelmente não é de estranhar que eu tivesse hesitado em falar dela a quem quer que fosse. No entanto, ganhei confiança quando comecei a ler sobre experiências de quase-morte descritas por um número crescente de pessoas que foram declaradas clinicamente mortas durante vários minutos e depois regressaram à vida. Quanto mais descobria, mais reconhecia as semelhanças com as minhas próprias memórias de morrer como Mary.

A maioria destas pessoas descreveu uma experiência fora do corpo que é instantânea com a cessação dos sinais de vida. É comum ver-se o próprio corpo físico por baixo de nós, enquanto o eu espiritual que contém a autoconsciência está posicionado acima e, frequentemente, um pouco para um dos lados do corpo. Várias pessoas foram capazes de dar relatos precisos do que se passava à volta delas enquanto estavam clinicamente mortas, e algumas descreveram até as atividades que decorriam na sala ao lado. Isto confere um peso considerável à ideia de que, na morte, a consciência ou espírito deixa o corpo físico, mas ainda pode observar o que o rodeia. Nesta fase, existe geralmente a sensação de manter um eco da própria forma física.

Em seguida, a maioria das pessoas descreve a passagem por um túnel, geralmente para a frente, olhando em direção a uma luz ao fundo. Alguns — frequentemente crianças — descreveram ver uma luz com as cores do arco-íris, e a maioria fala de uma luz branca brilhante. Uma sensação de paz absoluta e bem-estar parece ser a parte mais importante de toda a experiência e aquela a que se refere com mais consistência.

Por vezes, ocorre uma sensação de luz ou paz pouco antes de morrer, e sabe-se de algumas pessoas no limiar da morte que subitamente se tornam conscientes de um familiar falecido que está por perto, à espera delas. Uma das minhas pacientes contou-me uma vez como se sentou com a mãe enquanto esta morria. Era um dia sombrio e nublado, e a mãe dela, que estava em fase terminal, estivera apática e sem reação durante algum tempo. De forma bastante súbita, olhou para além da filha, para um canto sombrio do quarto, e disse: "Que bonito. O sol está a brilhar!". Morreu pouco depois, mas o seu sentimento de elevação e alegria durante os seus

últimos momentos ajudou a filha a aceitar a sua morte de uma forma totalmente inesperada.

Após a morte, muitas pessoas continuam a ver energias espirituais em forma humana; existem descrições de outros que ali se encontram como pessoas vestidas de branco e resplandecentes de luz. Quando eu estava rodeada pelas energias-bolha, tinha consciência de que eram pessoas e, embora não fossem físicas, pareciam, no entanto, ter expressões amigáveis. Ainda acho difícil descrevê-las sem usar palavras como "rosto", "expressão" e "pessoas", embora, uma vez passado o túnel, não me consiga lembrar de ver qualquer forma física além da simples bolha de energia quase celular.

Não foi senão quando li *Transformed by the Light*, do Dr. Melvin Morse e Paul Perry, que descobri uma descrição que era semelhante à minha própria experiência de bolhas de energia. Neste estudo sério sobre EQM, o estudo de caso da "Paciente 44" relata que ela se lembrava de não ter corpo e de estar contida dentro de "algum tipo de essência" semelhante à cápsula de gelatina usada para conter medicamentos. O livro inclui também descrições de outros sobre ser "uma bola de luz" ou sobre enrolar-se numa bola ao passar pelo túnel — o que me recordou a minha posição fetal dobrada enquanto estava em trânsito.

Para mim, tudo isto foi uma revelação. Foi a primeira vez que li um relato que apoiava tão completamente as minhas próprias memórias do estado entre vidas. O que a Paciente 44 tinha comparado a uma cápsula de gelatina e eu vira como sendo parecido com uma bolha de sabão era o estado mais consistente de que me conseguia lembrar entre vidas; encontrar uma experiência idêntica à minha foi extremamente tranquilizador.

O Dr. Raymond Moody, autor de outro estudo sobre EQM, *Vida Depois da Vida*, descobriu que, dos muitos detalhes dados pelas pessoas que questionou, nove surgiam com mais frequência, e destes a maioria das pessoas mencionava alguns. São eles: um sentido de estar morto; sentimentos de paz e ausência de dor; uma experiência fora do corpo; viajar por um túnel; ver pessoas de luz; ser saudado por um ser de luz em particular; ter uma revisão da vida; uma relutância em regressar; e uma transformação da personalidade após o regresso à vida.

A minha própria memória do entre vidas incorpora os primeiros cinco elementos. Esta memória era, naturalmente, de longo prazo, recordada do tempo antes do meu nascimento nesta vida, e é um pouco diferente das EQM, que são geralmente breves e vívidas. No meu caso, não tenho uma imagem clara de encontros com outras pessoas ou da revisão da vida, durante a qual as pessoas olham para trás, para as suas vidas, a fim de avaliarem as suas ações.

A revisão da vida ocorre geralmente após a primeira chegada ao outro plano depois da morte. Algumas pessoas descreveram como experienciaram os acontecimentos das suas vidas a partir da perspetiva de outros, de modo que sentiram a dor que elas próprias infligiram. Ao tornarem-se vítimas das suas próprias más ações, compreendem o dano que pode ter resultado dos seus atos.

Um relato vívido deste tipo de revisão da vida é dado em *Saved by the Light*, de Dannion Brinkley, que sobreviveu a duas EQM. Ele torna claro que julgar-se a si próprio não é algo que se deva encarar de ânimo leve; experienciar os resultados das nossas próprias ações pode ser inimaginavelmente punitivo. Embora eu não tenha memória da revisão da vida em si, pareço ter retido alguma consciência dela, no sentido de que fiquei com um sentimento muito forte de que não somos julgados por outros, mas julgamo-nos a nós próprios. Isto significa que só nós podemos mudar-nos e assumir a responsabilidade pelas nossas ações. E, em última análise, temos de nos perdoar a nós próprios.

As minhas memórias de mortes anteriores associadas a outras vidas passadas são menos distintas. Com a vida japonesa que terminou por afogamento, o túnel pareceu ainda mais um vórtice; à medida que a água parecia afastar-se, parecia haver um movimento rotativo do túnel no sentido contrário ao dos ponteiros do relógio, não muito diferente da água a descer por um ralo, exceto que se movia para cima. Nesta ocasião, viajei virada para a frente e, no fim do túnel, vi luz branca, cintilando com flashes de cor. Além disso, parecia haver alguém ali para me receber no fim do túnel, mas não me lembro de mais do que isso.

Quando temos uma experiência que não é comum, qualquer oportunidade de comparar a nossa interpretação da mesma com outros pode ser muito reconfortante. No verão de 1994, fui convidada a participar numa conferência sobre reencarnação e renascimento em Oslo, organizada pelo

psicólogo e autor norueguês Dr. Rune Amundsen. Eu nunca tinha falado em público antes, por isso a experiência foi inicialmente bastante intimidante, mas valeu bem a pena.

Um dos oradores convidados foi Dannion Brinkley. Tendo lutado com as palavras para tentar descrever a sensação de paz e ausência de emoções negativas totalmente envolvente, o sentimento de ser parte de uma energia maior e não estar isolada ou sozinha, e a luz e vibração do período entre vidas, senti-me encorajada pela reafirmação de Dannion quando falámos depois. Foi um grande alívio para mim que alguém com uma memória tão vívida das suas próprias EQM fosse capaz de se identificar com a minha própria memória da fase entre vidas.

Foi também tranquilizador, na mesma conferência, receber contributos positivos de conversas com várias pessoas que tinham memórias semelhantes às minhas, tais como a subitaneidade de sair do corpo. Até essa altura, sentira-me muito sozinha com as minhas experiências.

Felizmente, sempre tive acesso a algumas obras de referência que eram relevantes. Uma das mais conhecidas é o *Bardo Thodol*, conhecido como *O Livro Tibetano dos Mortos*; este texto antigo foi concebido para ser lido em voz alta aos moribundos e aos recém-falecidos para os guiar através do além, para que possam alcançar o Nirvana sem terem de reencarnar. A descrição do primeiro estado a que se chega é muito semelhante aos relatos modernos de EQM, incluindo luz brilhante e sentimentos de paz extrema. Mencionadas mais tarde estão as experiências fora do corpo e uma auréola de luz arco-íris, também comuns nas EQM.

Mas houve uma descrição, que ocorre já bastante avançada no texto, que reconheci instantaneamente porque era muito semelhante à minha memória principal do estado entre vidas. Esta é chamada de "Reino Central do Densamente Povoado", onde a pessoa se funde na auréola de luz arco-íris na qual obtém o estado de Buda. Isto recordou-me imenso os sentimentos de que me lembrava de ser banhada em luz, e rodeada de todos os lados por um número aparentemente infinito de outras energias emissoras de luz, densamente povoadas e ressoando umas com as outras.

Curiosamente, porém, parece haver aqui uma anomalia, uma vez que este é o estado que conduz ao Nirvana, do qual não é necessário regressar

para reencarnar e ao qual, por conseguinte, eu não deveria ter sido capaz de aspirar.

Grande parte do texto é dirigida aos moribundos ou mortos que têm medo de se juntar à luz ou que são atormentados por dúvidas; estes medos são descritos em termos que lembram descrições do inferno e de demónios. Não tenho memória de ter tido tais medos. É possível que esta condição seja análoga a pesadelos; existe a sugestão de que ela é de autoria do próprio sofredor, o que corresponde ao meu próprio sentimento de que somos os nossos próprios juízes e nos punimos a nós próprios. Parece provável que medos, culpas e arrependimentos no momento da morte possam impedir a aceitação total da luz, e possam de facto continuar a afetar-nos em vidas futuras.

Nas minhas investigações, também encontrei um relato da fase entre vidas por alguém com quem sinto grande empatia. Além de se lembrar e de localizar as circunstâncias da sua vida anterior, alguns anos mais tarde Shanti Devi descreveu o que recordava do intervalo entre as suas vidas. Ela falou de escuridão pouco antes da sua morte, seguida por uma luz ofuscante e por estar fora do seu corpo numa forma vaporosa. Viu quatro homens em túnicas açafrão muito brilhantes (o traje dos sacerdotes hindus) que a levaram até um jardim que era belo além de qualquer descrição. Aqui, experienciou-se como sendo muito pequena, "do tamanho de um polegar". Não havia dia nem noite — tudo estava cheio de luz.

Fiquei particularmente fascinada pela recordação que ela tinha de se sentir minúscula em tamanho, o que eu também sentira. Durante muitos anos, questionei-me sobre a ideia de toda a nossa energia vital estar contida em algo tão pequeno. Embora fosse assim que eu o tinha recordado, é um conceito bastante difícil de apreender nesta vida. Naturalmente, cada um de nós começa esta vida como uma única célula, que se divide e cresce até ser um feto e depois um bebé, por isso é verdade que, mesmo sem a premissa da reencarnação, todos começamos as nossas vidas como seres microscópicos.

No entanto, eu ainda estava a lutar com a ideia quando a ciência veio em meu auxílio. Estava a ler sobre a teoria do "Big Bang", o ponto da conceção do universo tal como o conhecemos, quando todo o universo, toda a matéria e toda a energia, estava originalmente contido em algo tão pequeno como um único átomo. Pensar em tudo, em todas as estrelas e

galáxias, em toda a matéria e energia, comprimido numa massa tão minúscula está quase além da imaginação. Mas, se conseguirmos aceitar isso, é não só fácil mas inteiramente lógico pensar nas nossas próprias energias individuais existindo dentro de unidades minúsculas.

O sentido da energia entre vidas como inclusiva, de que como entidades individuais não estamos sós mas somos parte de algo maior, não está necessariamente confinado ao estado entre vidas. Tem sido experienciado por místicos de todas as religiões, e também por pessoas que vivem as suas vidas comuns, como eu fiz quando estava no início da minha adolescência.

Numa noite muito parada e amena no final do verão de 1969, eu estava a caminhar para casa vinda da casa de um amigo. Ao passar pelos restos do fosso defensivo construído nos arredores de St Albans em tempos romanos, havia pouco trânsito na estrada. Uma brisa leve agitava as folhas das muitas árvores que pendiam sobre o passeio. O meu passo rápido e constante levava-me para dentro e para fora das longas sombras num ritmo quase hipnótico, e a minha consciência foi atraída para as árvores, para a sua energia e a vida dentro delas.

Depois, muito rapidamente, aconteceu uma coisa muitíssimo peculiar. Se alguma vez tivesse ouvido o termo, poderia tê-lo descrito como uma experiência fora do corpo. Mas eu não estava apenas fora do meu corpo: eu estava dentro de outra coisa. Talvez porque estivesse preocupada com as árvores, foi como se uma parte de mim, alguma energia, se tivesse unido à energia das árvores. Não parou ali; essa parte de mim começou a ser estendida, para se unir a outros seres vivos, primeiro com plantas, depois mais longe até que parecia estar a tocar numa tremenda variedade de formas de vida, tanto vegetais como animais.

Dentro dos breves momentos desta experiência inexplicável, senti uma perceção da vida como uma unidade total, de tudo unido, de uma ligação entre cada aspeto individual da energia viva. Também tive consciência da forma como tudo estava constantemente a mudar de forma à medida que cada ser vivia e morria, regressando sempre à energia do todo. Compreendi a vida e a morte como um ciclo constante, e que os indivíduos nunca estão completamente separados do todo.

Experienciei toda a minha vida como se fosse uma única imagem, e percebi o sentido de continuidade, de vidas após vidas. Compreendi que não havia necessidade de medo, nem necessidade de me sentir sozinha. Ao mesmo tempo, senti-me insignificante mas não sem valor, pois eu era parte integrante dessa energia que era o todo da vida.

Esta perceção deixou-me simultaneamente confortada e extasiada. Era como se todas as coisas com que me preocupava já não fossem importantes. Já não me sentia como um indivíduo separado; sabia que era uma pequena parte de algo muito maior, dentro do qual estávamos todos ligados, de forma muito semelhante à maneira como as bolhas de energia individuais estavam ligadas no tempo entre vidas de que me lembrava. No entanto, embora sentisse que compreendia o que tinha acontecido, isso levantou-me muitas questões. Depois, tentei avaliar o evento e compreender a sua essência de uma forma lógica.

Como eu tinha memórias de vidas passadas, a noção de que continuamos não era nova para mim; mas, nesse momento, aos dezasseis anos, nunca tinha considerado a vida como uma única unidade de energia, e questionava-me sobre esta experiência de totalidade. Na verdade, durante muitos anos, li e estudei tudo o que pude que se relacionasse com este conceito.

As minhas leituras incluíram a psicologia de Carl Jung, que criou o termo "inconsciente coletivo"; senti que esta era uma boa forma de ver como estamos ligados à energia da qual fazemos parte, através da partilha de uma parte mais profunda da nossa mente e energia vital. Mais tarde, encontrei a teoria de Gaia, proposta pela primeira vez pelo distinto químico britânico James Lovelock e batizada com o nome da deusa da terra da mitologia clássica. Esta teoria descreve o mundo como uma unidade viva e autorregulada, da qual somos uma parte pequena e possivelmente dispensável; afirma que o equilíbrio da natureza não acontece por acaso, mas é regulado positivamente, e dentro dele todos os seres vivos nesta terra estão ligados e são interdependentes.

CAPÍTULO 6

Escolher Regressar

Decisões no renascimento

A experiência de hipnose sugeriu que o tempo mais curto que passei entre vidas foi de oito anos, mas, a partir das provas recolhidas durante a investigação, isto pode não representar uma média. Algumas das crianças que se lembram de vidas anteriores tiveram um tempo de regresso muito curto — algumas em menos de um ano. Parece claro, pelos seus relatos, que muitas vezes aqueles que regressam prontamente com memórias vívidas de vidas passadas são movidos por um sentido de assuntos pendentes. Mas isto não se aplica, aparentemente, a todos. O que nos faz escolher voltar em determinados momentos e sob circunstâncias particulares?

A impressão que retive das minhas memórias do estado entre vidas é que, mais cedo ou mais tarde, o eu espiritual sente um impulso para regressar, uma espécie de "querer ser". Parece provável que esta necessidade de reexperienciar a vida numa forma física seja motivada pela necessidade de fazer ou aprender algo de modo a sentir-se completo e realizado.

A partir das minhas próprias experiências de vidas passadas, bem como dos muitos estudos sobre o assunto, é claro que, ao longo de muitas existências, nascemos numa variedade de circunstâncias e nacionalidades diferentes. Quanta escolha temos realmente? Será verdade que nascemos em vidas difíceis para pagar dívidas cármicas? Que outros fatores poderão

desempenhar um papel nas nossas escolhas — se é que temos escolha? Haverá uma razão para regressar a um lugar específico?

Eu nunca desejaria desvalorizar as crenças de ninguém, mas a minha própria experiência e os meus pressentimentos nem sempre correspondem a alguns dos ensinamentos tradicionais ou ao pensamento atual da *New Age*. Por exemplo, não acredito que escolhamos os nossos pais ou o nosso próximo local de nascimento em qualquer sentido consciente ou racional. Nem sinto que renasçamos em circunstâncias difíceis como castigo por más ações passadas.

Sinto que a adversidade, ou a ausência dela, nas vidas que escolhemos é quase acidental. Fatores como raça, riqueza e circunstâncias sociais existem no estado físico; no estado entre vidas, são totalmente irrelevantes. Parece que o nosso regresso desse estado é muito mais como ser atraído para certas circunstâncias como que pelos ventos e marés do instinto subconsciente — tal como somos atraídos para amizades de formas que são subtis e reflexivas, em vez de fundamentadas e calculistas.

Interessou-me encontrar uma descrição do estado japonês entre vidas, chamado *gusho*, que concorda com muitas das minhas próprias conclusões. A crença é que o espírito regressa para se tornar um indivíduo semelhante no espaço de sete gerações. O espírito é claramente diferenciado da mente e do corpo: é o espírito que reencarna, enquanto a mente e o corpo são herdados dos pais.

É improvável que os aspetos físicos da vida seguinte afetem a escolha da vida, porque não são relevantes para o espírito. Estes incluiriam fatores como raça, tamanho físico, habilidade e força, que para o espírito seriam acidentais. Algumas teorias sobre a reencarnação ensinam que nascer com uma deficiência física ou mental é ou o resultado de más ações numa vida anterior ou algo escolhido pela alma para que possamos aprender uma lição específica. Eu própria acredito que a explicação é muito mais simples; que as deficiências não são nem infligidas nem escolhidas, mas acontecem puramente através de acidentes físicos ou genéticos.

A mente está mais estreitamente ligada ao espírito do que o corpo, mas embora a capacidade de fazer bom uso da inteligência dependa provavelmente da personalidade, a inteligência em si é provavelmente um fator herdado. O que parece continuar de forma mais consistente de uma

vida para a seguinte é a personalidade, que é a expressão do espírito, e que precisa de adquirir novas experiências para aprender e crescer.

Mudar de vida de uma para a seguinte pode ser comparado a mudar de roupa, no sentido em que a aparência exterior se altera, mas a pessoa no interior permanece a mesma. De cada vez, podemos avançar e crescer num novo ambiente, desenvolvendo diferentes facetas da mesma personalidade básica. Com a alteração do meio envolvente e das circunstâncias, as exigências que nos são feitas variam, dando-nos a oportunidade de uma multidão de experiências possíveis e a oportunidade de aprendermos sobre os outros e sobre nós próprios.

Se escolhermos uma ênfase específica numa vida particular, poderá ser para equilibrar aspetos da personalidade que estão ligeiramente desajustados. Na minha vida atual, por exemplo, encontrei-me — como muitas mulheres de hoje — em circunstâncias que acabaram por me levar a abandonar o papel de "vítima", no qual a minha infância me colocou, de modo a tornar-me mais eu própria. Outra pessoa poderá estar desequilibrada de uma forma diferente, precisando talvez de aprender a ser menos agressiva ou arrogante. Se estivermos minimamente atentos, não é difícil aprender com aqueles que nos rodeiam, nesta vida, o que precisamos de desenvolver para sermos indivíduos harmoniosos e completos.

Acredito que o fator mais importante que nos atrai para qualquer vida específica é a nossa empatia com outras pessoas, muitas vezes aquelas com quem partilhámos experiências em vidas passadas. Foi demonstrado em condições experimentais que somos atraídos por pessoas que têm uma visão e antecedentes familiares semelhantes, mesmo antes de se dizer uma única palavra. Isto foi demonstrado por uma experiência chamada "Exercício de Sistemas Familiares", que é usada para formar terapeutas familiares e está descrita em *Families and How to Survive Them*, de Robin Skinner e John Cleese.

Aos membros de um grupo de pessoas que não se conheciam anteriormente, foi pedido a cada um que escolhesse, sem trocar quaisquer palavras, outros elementos do grupo que sentissem que se enquadrariam na sua família. Quando finalmente se sentaram para discutir o que tinham em comum, descobriu-se que partilhavam valores, atitudes e até experiências de vida.

Particularmente intrigantes foram os quatro que foram os últimos a escolher-se uns aos outros — e que, por isso, poderiam ser considerados as pessoas "que sobraram" e, talvez, menos propensas a ter algo em comum. Descobriram que todos tinham sido adotados, acolhidos ou criados em instituições para crianças. O conceito é fascinante.

É claro que somos inconscientemente atraídos pelas pessoas que são mais parecidas connosco ou, mais concretamente, que pensam mais como nós. Isto explica por que razão certas pessoas tendem a agrupar-se em grupos afins. Sem termos de trocar uma palavra, parecemos ter uma empatia instintiva com outros que passaram pelo mesmo tipo de experiências que nós.

Isto fez-me perguntar se o mesmo tipo de consciência instintiva poderia ser, de alguma forma, responsável por nos ajudar a encontrar uma vida na qual nos enquadremos. A maioria das pessoas — embora certamente não todas — tende a enquadrar-se nas suas próprias famílias. Muito disto pode ser explicado pelo facto de partilharmos fatores herdados e de crescermos a aprender as regras e preferências das nossas famílias. Mas será a empatia entre membros da família devida puramente a genes e ambiente partilhados? Teremos também partilhado experiências de que podemos não nos lembrar, mas às quais respondemos instintivamente?

Por vezes, sentimo-nos mais próximos de amigos do que de membros da família. No meu caso, sinto-me muito confortável com os membros da minha família de vidas passadas, os filhos da Mary, inteiramente sem o benefício de qualquer relação de sangue nesta vida. Existem evidências que sugerem que grupos de pessoas permanecem ligados uns aos outros como uma unidade, atraídos para estarem juntos novamente ao longo de várias vidas. Frequentemente, as pessoas afirmam ter conhecido amigos ou ter sido casadas com o seu parceiro numa ou em várias vidas anteriores, sugerindo um compromisso que atravessa gerações. De facto, houve famílias inteiras que afirmaram ter existido juntas como famílias em vidas anteriores.

Brian L. Weiss, MD, é um psiquiatra americano que dirige *workshops* sobre regressão. No seu livro *Through Time into Healing*, ele descreve como, em várias ocasiões, membros da mesma família frequentaram os seus *workshops* juntos, para descobrirem depois que tinham, sem saber, regredido para a mesma área e época de uma vida passada onde também

eram familiares — embora não necessariamente na mesma relação. Uma dessas famílias foi apresentada no *Oprah Winfrey Show* em 1993. Os membros tinham-se submetido à hipnose de regressão separadamente e todos tinham descrito independentemente os seus papéis como diferentes membros da mesma família de uma vida anterior.

A troca ou inversão de papéis é interessante. Nesta vida, invertemos papéis quando passamos de ser crianças com pais para sermos pais com crianças. Tal como compreendemos melhor os nossos próprios pais quando temos filhos, podemos aprender algo do papel de outrem estando no lugar deles da próxima vez. Em criança, senti frequentemente que a minha relação com a minha mãe deveria ser diferente. Sentia que no passado eu tinha sido a pessoa mais velha e responsável por ela.

A minha mãe tinha uma atitude perante a paternidade que não só é relevante neste aspeto, como também resume a mudança nas relações que podemos experienciar ao longo do tempo. Ela sempre disse que um filho não é teu, uma vez que não podes possuir pessoas; ter um filho é mais como um empréstimo. Deves tratar as crianças com justiça, respeitar as suas opiniões e encorajá-las a fazer o mesmo pelos outros.

Com sorte, poderás então descobrir que podem ser bons amigos quando eles se tornarem adultos. Se os nossos papéis se invertem, é fácil ver por que razão uma mãe ou filha se pode sentir mais como uma irmã, e por que razão alguns amigos se sentem como membros da família. A única característica consistente destas relações é a de uma amizade solidária.

Também sinto que os chamados "amigos imaginários" das crianças podem remeter para amizades de outras vidas. De acordo com um estudo recente, os "amigos imaginários" dividem-se em dois tipos distintos. No primeiro, os "amigos" são claramente pura fantasia, inventados na brincadeira. Mas existe um segundo tipo em que o amigo é uma pessoa realista cujas características permanecem constantes e não são embelezadas pela criança que os descreve. Uma menina descreveu o seu amigo como o homem velho que costumava viver na sua casa; ele sentava-se ao pé do lume numa cadeira grande e fumava um cachimbo. Um rapaz descreveu um homem que parecia uma versão mais velha de si mesmo e era capaz de responder a algumas das suas perguntas. No caso dos meus próprios amigos imaginários, parecia certamente haver alguma ligação a longo prazo, embora não fosse uma que eu pudesse identificar especificamente.

Podemos muito bem ser atraídos repetidamente para aqueles com quem tínhamos encontrado anteriormente empatia ou experienciado interação. Isto não significa que cada vida será boa e rodeada de velhos amigos, mas que deverá haver uma oportunidade de estar com algumas das pessoas que foram importantes anteriormente.

Claro que existem pessoas que descobrem que não têm uma ligação real com as suas famílias, ou que têm, de facto, relações muito difíceis ou prejudiciais, ou outras dificuldades graves. É fácil atribuir circunstâncias desafiantes ao "carma" e dizer que alguém que sofre com as ações de outros é, por isso, responsável pelas suas dificuldades. Este é um julgamento bastante severo e eu penso que a situação é consideravelmente mais complexa do que isso.

Por um lado, embora possamos vir para a vida determinados a resolver um tipo específico de situação ou relacionamento, outras pessoas nas nossas vidas entraram na existência com as suas próprias agendas, pelas quais não somos responsáveis. Concordo plenamente com os comentários do Dr. Brian Weiss em *Through Time into Healing*, quando descreveu um caso em que a hipnoterapia foi usada para ajudar na cura de uma mulher que tinha sido abusada sexualmente em criança.

As pessoas trazem frequentemente a ideia de "Carma": que, no que diz respeito às experiências e circunstâncias de uma vida, o que semeamos numa vida é o que colhemos na seguinte. Isto nem sempre é estritamente verdade. Acredito que experiências como estas não são necessariamente castigos do passado, ou sequer lições ou padrões trazidos de vidas passadas. Ao escolher vir para uma família específica ou para uma constelação de circunstâncias, não concordou em submeter-se a abuso.

No entanto, concordou em participar numa determinada lição ou tipo de drama. Continua a ter livre-arbítrio sobre a forma como uma lição ou ensinamento específico é realizado, e o mesmo acontece com os outros indivíduos que escolheram partilhar a vida consigo. Só porque concordou em desempenhar um papel nesta família, o abuso não é o resultado invariável. Parte do processo de aprendizagem é aprender a não escolher os caminhos mais prejudiciais ou destrutivos.

O crescimento pode ocorrer de forma fácil e jubilosa, bem como através da luta, e existem muitas gradações entre as duas. A chave aqui é

que os outros indivíduos ao seu redor também têm livre-arbítrio, e você pode sofrer os efeitos das ações deles sem que a culpa seja sua. Em tempos de guerra e noutras crises nacionais, por exemplo, todos os tipos de fatores individuais e sociais entram em jogo; vítimas individuais podem nada ter feito para "merecer" as suas desventuras, embora possam muito bem encontrar oportunidades para desenvolver características como a coragem e a tolerância.

Numa base mais individual, embora possa ter necessidade de resolver experiências passadas com uma determinada pessoa, pode não ser necessariamente capaz de desenvolver uma boa relação com ela e não deve considerar-se um fracasso se não o conseguir. Pode até ser necessário para o seu desenvolvimento afastar-se dela. No fim, para nos relacionarmos adequadamente com os outros, o que precisamos primordialmente é de nos compreendermos a nós próprios.

Embora não acredite que escolhamos certas circunstâncias como castigo, a minha própria experiência sugere que muitos de nós sentem necessidade de perdão, e particularmente de reconciliação consigo próprio. Este pode ser outro fator importante a atrair-nos para circunstâncias de vida particulares. De facto, a questão do perdão atrai frequentemente o espírito de volta pouco depois da morte.

Provavelmente, várias pessoas tiveram experiências semelhantes à da minha amiga, a Sra. Kemp. Uma senhora muito terra-a-terra que vive no sul de Northamptonshire, a Sra. Kemp não é habitualmente dada a visões psíquicas. No entanto, contou-me como recebera uma visita do seu falecido pai. Ele morrera muito subitamente numa altura em que ela não o via há seis ou sete semanas, e a sua tristeza por perdê-lo era agravada por um sentimento de culpa.

Cerca de seis meses após a morte dele, ela acordou uma noite e viu-o sentado numa cadeira do outro lado do quarto; ele parecia bastante sólido e nada fantasmagórico. Ela insiste que estava acordada e que não sentiu medo. Ele estava sentado ligeiramente inclinado para a frente na cadeira, numa atitude característica, usando os óculos empoleirados na ponta do nariz. (A mãe dela disse mais tarde que ele fora enterrado com os óculos.) Ele olhou para ela e sorriu suavemente. A partir desse momento, ela sentiu-se calma e relaxada, libertada de toda a sua preocupação, dos seus sentimentos de luto e, acima de tudo, do seu sentimento de culpa.

A necessidade de se sentir perdoado pode ser muito poderosa. Entre as experiências psíquicas dos meus anos de adolescência, houve uma que se destacou pela sua diferença em relação às outras. Para mim, não foi de todo agradável. Durante várias noites seguidas, enquanto lia na cama, vi claramente um homem que eu sabia ter morrido há pelo menos um ano. Não era uma pessoa que eu tivesse escolhido ver, pois tinha boas razões para desconfiar dele e não gostar dele.

A primeira vez que ele apareceu, senti apenas a consciência de que havia alguém ao meu lado; olhei para cima e vi-o ali de pé, com um aspeto desconfortável e embaraçado. Depois falou comigo e pediu-me que lhe perdoasse o seu comportamento passado. Fiquei um pouco chocada e tentei dizer a mim própria que isto não estava a acontecer. Primeiro ignorei-o mas, para meu desconforto, ele reapareceu em várias noites sucessivas. Finalmente percebi que ele continuaria a voltar até que eu aceitasse a sua presença e lhe desse uma resposta.

Então, no fim, reconheci-o, mas disse-lhe que continuava a achar que a forma como ele se tinha comportado estava errada. O perdão, creio eu, vem com a capacidade de compreender e de deixar ir o passado doloroso; naquele momento, os efeitos do comportamento dele estavam demasiado próximos para que eu fosse capaz de o perdoar verdadeiramente. Embora eu não pudesse dar-lhe a resposta que ele parecia querer, talvez tenha sido a que ele esperava; aparentemente foi o suficiente, porque depois disso ele partiu e nunca mais voltou.

A única coisa que resultou disto para mim, tal como de outros eventos, foi que todos temos necessidade de perdão. As emoções negativas que carregamos connosco, quer através de uma vida, quer de uma vida para a seguinte, são destrutivas tanto para nós como para os outros. A necessidade de as deixar ir ou de fazer as pazes com elas pode ser um elemento forte na nossa escolha da próxima vida. Acima de tudo, tal como experienciei no meu estado entre vidas, há uma necessidade de perdão de si próprio. Não somos, em última análise, julgados ou castigados por outros, mas fazemo-lo a nós próprios — embora os nossos sentimentos de culpa possam atrair o julgamento de outros. Não estou a sugerir que não devamos sentir-nos culpados se fizermos mal, mas muitas pessoas carregam um sentimento desnecessário de culpa e de falta de mérito. Depor este fardo liberta-nos para viver de forma mais plena e criativa.

Entrei na minha vida presente com um forte sentimento de culpa por ter abandonado uma família de crianças pequenas, o que me impeliu a traçar a vida de Mary Sutton. Mesmo após descobrir a minha família perdida, tinha ainda outro desafio do passado para enfrentar. Em abril de 1994, eu estava a gravar uma peça com o *ABC News 20/20* para a publicidade americana de *Yesterday's Children*. Encontrei-me no Hospital de Maternidade Rotunda, em Dublim, à procura do quarto onde morrera como Mary, doente e com grandes dores devido a pneumonia, gangrena gasosa e toxemia.

Eu sabia que o quarto ficava na esquina do edifício e um piso acima. Embora não tivesse estado perto do hospital nesta vida presente, fui capaz de esboçar a localização do quarto com alguma confiança e enviei-o ao produtor, Rob Wallace, cerca de uma semana antes da viagem. A partir disto, a enfermeira-chefe do hospital foi capaz de localizar o único quarto que correspondia à minha descrição. Era um pequeno quarto de isolamento e ficava, de facto, num canto do edifício e um piso acima.

Quando entrei no quarto, comecei imediatamente a sentir-me muito desconfortável. Estava cada vez mais certa de que era o quarto certo, embora estivesse confusa ao início porque tinha duas janelas e eu só me lembrava de uma. No entanto, quando me coloquei atrás da porta, onde a cama estivera, e baixei a cabeça até à altura da almofada, percebi que, daquele ângulo, só conseguia ver uma janela.

Naquele quarto, senti-me cada vez mais inquieta. Fiz uma curta entrevista, mas depois os meus sentimentos de pânico e angústia tornaram-se demasiado fortes para suportar; tive de pedir licença e saí do quarto a recuar. Muito mais tarde, o significado deste estilo de saída tornou-se claro — era assim que eu me lembrava de ter saído da última vez, deixando o corpo moribundo de Mary e recuando através do túnel.

Uma vez lá fora, senti necessidade de ter a certeza sobre os detalhes; tinha-me lembrado de ver pessoas a passar pela porta, mas agora havia uma divisória no caminho a bloquear a visão. Felizmente, a enfermeira-chefe pôde dizer-me que esta tinha sido construída na década de 1960 e que definitivamente não estava lá na década de 1930, quando Mary era paciente.

No dia seguinte, regressando para mais filmagens, achei um pouco mais fácil entrar no quarto e, após algum tempo, tornou-se menos traumático, presumivelmente por eu ser capaz de deixar ir esta memória omnipresente — a angústia da morte de Mary. Não a esqueci, mas agora era capaz de deixar que ela curasse. Não tinha a certeza se a equipa de filmagem estava consciente de quão instrumental tinha sido neste processo de cura, mas estava grata por me terem convencido a encontrar o quarto. Mesmo tendo passado semanas até me sentir completamente à vontade novamente, a experiência deu-me uma oportunidade única de avaliar a importância de enfrentar e libertar o passado.

Finalmente fui capaz de deixar ir o sentimento de culpa por morrer e aceitei que, ao lutar contra tantas contrariedades físicas, não fora um pecado ter desistido da luta pela vida. Perdoei-me finalmente por completo por abandonar as crianças através do que foi, afinal, uma morte inevitável. E, ao libertar o passado, resolvi outra causa de dor, abrindo espaço para um pouco mais de paz de espírito.

Se as minhas memórias de vidas passadas forem típicas, como parece provável, uma coisa que é clara é que ninguém é melhor do que ninguém e que nenhum de nós está realmente em posição de julgar os outros. Provavelmente todos nascemos em contextos pobres e comuns e numa variedade de nacionalidades e raças. Algumas variações naturais, como a homossexualidade, são vistas por alguns como um erro — e por alguns como um pecado — embora haja uma vantagem óbvia para uma sociedade sobrepovoada em incluir pessoas produtivas e úteis que não aumentam os números da população. Não subscrevo a teoria defendida por algumas pessoas de que a homossexualidade é o resultado de se ter sido de um sexo diferente na vida passada. A Dra. Satwant Pasricha observou que não existe tal ligação entre as crianças que se lembram de ter sido de um género diferente na sua vida anterior.

A variedade é essencial para a sobrevivência. Na natureza, a variedade garante a sobrevivência das espécies. Se fôssemos demasiado semelhantes fisicamente, seríamos suscetíveis às mesmas doenças, por isso temos diferentes grupos sanguíneos e tipos de pele, garantindo que, quando surgem doenças novas ou antigas, haverá sempre alguns sobreviventes. A variedade psicológica também é necessária para a nossa sobrevivência. As ricas conquistas da humanidade ao longo dos séculos dependeram da

existência tanto de pessoas criativas e emocionais como de tipos firmes e metódicos; de inteligência comum, bem como de génio.

Todos vivemos sob a sombra dos nossos muitos e variados passados. Eles são uma parte integrante de nós e podem ajudar-nos ou prejudicar-nos, dependendo de como recorremos aos nossos sentimentos mais profundos. Um dos propósitos das nossas diferentes vidas é aprender a interagir com os outros, e somos apresentados a uma variedade de formas de o fazer. Certamente podemos e devemos aprender com o nosso passado e compreender as nossas relações com os outros no contexto da experiência anterior. E, dado que a demarcação dos nossos papéis é apenas temporária, a única relação real que conta é a de igualdade, cuidado, amor e respeito. Talvez seja isto que realmente voltamos para aprender: curar as nossas relações connosco próprios e com os outros, para que possamos expressar nas nossas vidas físicas a unidade de onde todos viemos e para a qual regressamos entre vidas.

CAPÍTULO 7

Precognição

Visões do futuro

O meu propósito ao escrever este livro é partilhar o meu sentido da continuidade da vida através de muitas existências, tanto passadas como futuras. Antes de passar a descrever o que vi das minhas vidas futuras, pode ser útil analisar todo o tema da precognição. É uma capacidade humana tão antiga como o tempo. Textos de todas as civilizações antigas contêm descrições de sonhos e profecias, que eram levados a sério e seguidos. Hoje em dia, é uma área que ainda está rodeada de ceticismo e incompreensão.

No entanto, acredito que a capacidade de ver ou sentir o futuro pode ser, de facto, uma faculdade humana inata que poderia ser cultivada, mesmo que ainda não compreendamos totalmente como funciona, e pode ser muito mais generalizada do que a sociedade ocidental moderna parece capaz de aceitar.

Precognição, que significa literalmente "conhecimento prévio", pode assumir muitas formas, desde o sentimento mais subtil de *déjà vu* até uma visão poderosa de algum evento muitos anos à frente. Pode surgir em

sonhos ou enquanto estamos acordados; pode acontecer inesperadamente ou como resultado de meditação concentrada. Pode manifestar-se simplesmente como um sentimento vago de saber o que vai acontecer a seguir; a maioria das pessoas já experimentou pensar num amigo momentos antes de esse amigo telefonar. Ou pode assumir a forma de um premonição (aviso prévio), por exemplo, um sentimento de que não seria uma boa ideia viajar num dia específico. O que classifica estas experiências como precognição é que o evento previsto ocorre realmente.

Provavelmente, todos precisamos de discutir mais tais experiências. Muitos adultos ainda se sentem inibidos em falar sobre elas, embora as crianças sejam menos afetadas por preconceitos sobre o mundo e geralmente achem mais fácil aceitar a evidência dos seus próprios sentidos. No início da minha própria vida, parecia perfeitamente comum esperar que as coisas acontecessem depois de as ter "visto" — e elas aconteciam. Mesmo assim, havia ocasiões em que a precisão da minha precognição me apanhava de surpresa. Naqueles dias, aprendi a manter as minhas previsões em segredo; hoje em dia, as pessoas estão a tornar-se mais abertas, e tem-se tornado cada vez mais aparente para mim que a maioria das pessoas teve certas experiências sobre as quais gostaria de poder falar.

Estou perfeitamente certa de que não é invulgar ter premonições ou sonhos premonitórios, bem como uma variedade de outras experiências ditas paranormais. Se a precognição é um dom humano natural, qual é o seu propósito? A natureza geralmente dota-nos de capacidades que são de alguma utilidade para a nossa sobrevivência, como indivíduos ou como grupo. Se alguma habilidade especial melhora as hipóteses de sobrevivência, em humanos ou animais, ela tende a ser transmitida às gerações futuras. Num grupo de animais, apenas um pequeno número é necessário para dar o alarme quando sentem um perigo iminente, e todo o grupo é alertado para agir.

Talvez cada espécie tenha desenvolvido alguma capacidade precognitiva, que na raça humana pode ser potenciada numa pequena percentagem de indivíduos, ou pode residir numa parte menos acessível do cérebro, de modo que apenas alguns estejam conscientemente cientes dela. O que não pode ser negado é que ela existe e deve, portanto, ser considerada da mesma forma que qualquer outra habilidade — como uma

faculdade natural. E o seu propósito, pelo menos em parte, poderia ser avisar-nos de perigo ou desastre iminente.

Um bom exemplo é dado por Richard Lazarus em *Beyond the Impossible*. Um parapsicólogo americano, o Professor William Cox, acredita que muitas pessoas agem com base em premonições na vida quotidiana, embora não tenham consciência disso. Ao longo de um período de seis anos, ele recolheu dados estatísticos sobre o número de passageiros que habitualmente viajavam de comboio; descobriu que, nos dias em que ocorriam acidentes, viajavam muito menos passageiros do que o habitual nos comboios envolvidos.

Utilizando um computador, ele calculou que as probabilidades estatísticas contra haver menos passageiros nesses dias por acaso eram de mais de um milhão para um. Por outras palavras, uma proporção de potenciais viajantes tinha algum conhecimento inconsciente do futuro e agiu em conformidade, sem perceber conscientemente que o estava a fazer.

Muitas premonições e visões clarividentes envolvem avisos de inundações e outros desastres naturais. Quando tais previsões se confirmam, são tratadas como curiosidades. Mas pode ser que, mesmo que não consigamos evitar que os desastres aconteçam, tomar nota do aviso antecipado possa ajudar-nos a evitar alguns dos seus piores efeitos. As profecias do vidente do século XVI, Nostradamus, continuam a ser uma leitura popular hoje em dia, particularmente à medida que nos aproximamos do milénio, tradicionalmente uma altura em que se esperam grandes mudanças.

Nostradamus: The Next Fifty Years (Os Próximos Cinquenta Anos), uma nova tradução e explicação das suas profecias por Peter Lemesurier, inclui muitas previsões atribuídas ao nosso futuro próximo. Uma delas refere inundações em grande parte da Europa, nomeadamente na Grécia e em Itália, incluindo também a Grã-Bretanha. Tudo isto se tornou mais pertinente à luz das inundações devastadoras no norte de Itália durante o mês de novembro de 1994.

Nostradamus não é a única pessoa a falar de inundações generalizadas como um problema crescente e contínuo durante vários anos nos nossos tempos atuais. O nosso conhecimento recentemente adquirido sobre os efeitos do aquecimento global pode agora tornar as previsões psíquicas

desnecessárias, mas várias pessoas previam inundações muito antes de haver qualquer indicação de aquecimento global.

Uma dessas pessoas era um radiestesista que conheci há muitos anos; durante anos, ele tivera um sonho recorrente em que se encontrava num lugar elevado, olhando para uma paisagem inundada, sabendo que muitas das áreas mais baixas da Grã-Bretanha estavam debaixo de água. A radiestesia é a arte de encontrar água usando um instinto natural. Este é sentido através das mãos abertas e estendidas ou potenciado pelo uso de varas de radiestesia ou de um ramo em forquilha. Toda a gente pode praticar radiestesia, mas algumas pessoas têm um dom particular e são capazes de determinar a profundidade e o fluxo, sendo frequentemente capazes de encontrar outras coisas além de água, como metais ou minerais.

Eu também tive visões de inundações futuras. No outono de 1989, uma revista feminina pediu aos leitores relatos das suas experiências de precognição. Assumindo que o interesse deles era sério, escrevi-lhes sugerindo que seria de maior valor se as pessoas escrevessem sobre as suas premonições antes de os eventos previstos ocorrerem, para que o fenómeno pudesse ser posto à prova.

Tendo tido recentemente um sonho premonitório que, por uma vez, não era puramente pessoal, senti que tinha um contributo útil a dar. Disse-lhes que vira o rio Severn galgar as margens e causar inundações graves e potencialmente fatais, as piores naquela zona em muitos anos, e que isto aconteceria cerca de quatro meses após a data da minha carta. (Quatro meses é o intervalo de tempo habitual entre os meus sonhos premonitórios e o evento real.) Também contei o sonho à minha família e amigos.

Cerca de quatro meses mais tarde, em fevereiro de 1990, houve de facto inundações terríveis quando o rio Severn galgou as margens; várias pessoas ficaram isoladas e tiveram de ser resgatadas. Houve pouco aviso prévio e as águas cobriram grandes áreas, ameaçando tanto cidades como terrenos agrícolas. Encorajada pelos amigos com quem partilhara o meu sonho, escrevi novamente à revista perguntando se tinham arquivado a carta original, como solicitado. Nunca recebi resposta. Irritada com esta oportunidade perdida de documentação adequada, escrevi então uma breve carta ao *Mail on Sunday* sobre o incidente; pelo menos eles acharam que valia a pena imprimi-la.

Outro dos meus sonhos sobre inundações foi mais confuso, pois parecia haver água em todo o lado e eu não conseguia identificar a região. Alguns meses mais tarde, em janeiro de 1994, o sonho fez mais sentido quando ocorreram inundações por toda a Europa e Grã-Bretanha.

Outros desastres foram previstos neste século; nalguns casos, levá-los a sério poderia ter mitigado alguns dos efeitos. Noutros, como acontece tantas vezes com as previsões, foi mais difícil identificar antecipadamente o momento e o local. Para dar um exemplo, na década de 1960, um psíquico americano, um cabeleireiro chamado Joseph Delouise, descreveu vários dos seus sonhos proféticos na televisão.

Em novembro de 1967, ele previu o colapso de uma ponte; três semanas depois, a Silver Bridge sobre o rio Ohio colapsou, matando quarenta e seis pessoas. No início de 1968, ele previu grandes motins em Chicago nessa primavera; a 7 de abril, houve motins tão graves na cidade que o governador teve de destacar cinco mil tropas federais para restaurar a ordem.

Em maio de 1969, Delouise também declarou na televisão americana a previsão de um desastre aéreo que mataria setenta e nove pessoas antes do fim do ano; o número 330 estava de alguma forma ligado ao evento. A 9 de setembro, às 3:30, um DC-9 colidiu no ar com uma aeronave ligeira perto de Indianápolis. Incluindo o piloto do avião mais pequeno, o total de mortes foi de setenta e nove.

Ocasionalmente, previsões detalhadas e dramáticas foram utilizadas em obras de ficção por escritores que não tinham consciência de que estavam a antever eventos reais, em vez de recorrerem a uma imaginação vívida. O espiritualista W. T. Stead, por exemplo, escreveu em 1886 um conto relatando uma tragédia muito semelhante ao naufrágio do *Titanic*; ironicamente, ele viria a ser um dos 1513 passageiros que morreram no navio condenado. Mas foi o romancista Morgan Robertson, em 1898, quem esteve mais perto de descrever o desastre em detalhe, incluindo a descrição de um navio quase idêntico ao *Titanic*.

O seu navio fictício tinha aproximadamente o mesmo tamanho e velocidade, com uma capacidade de transporte de 3000 pessoas, e ele chamou-lhe o *Titan*. Esta embarcação "insusceptível de se afundar", tal como o *Titanic*, partiu na sua viagem inaugural de Southampton numa

viagem de luxo para a América, e afundou-se em abril na mesma zona do Atlântico após colidir com um icebergue, com pesadas perdas de vidas. O livro de Robertson, intitulado *Futility* (Futilidade), foi publicado catorze anos antes de o *Titanic* se afundar em abril de 1912.

Existem registos de outras tragédias previstas antes do evento. No dia anterior ao assassinato do Presidente John Kennedy, uma mulher telefonou para a Casa Branca a dizer que tivera um sonho em que Kennedy seria morto em Dallas. Ela não foi a única a fazer tal previsão. Em 1956, uma médium, a Sra. Jeanne Dixon, previu que "um democrata de olhos azuis" se tornaria Presidente em 1960 e que seria mais tarde assassinado. No dia do assassinato, ela disse aos seus convidados ao jantar: "Algo terrível acontecerá hoje ao Presidente". Ela também previu as mortes do Presidente Roosevelt em 1945, de Mahatma Gandhi em 1948 e de Winston Churchill em 1965.

Prever o próprio falecimento pode parecer um pouco estranho, mas acontece com bastante frequência. Durante as semanas que antecederam o seu acidente rodoviário fatal, consta que o ator James Dean contou a amigos um sonho aterrador e recorrente no qual sofria um acidente. Abraham Lincoln sonhou que via um caixão guardado por soldados e rodeado por pessoas em luto; quando perguntou quem tinha morrido, responderam-lhe que era o Presidente, que tinha sido morto por um assassino. Ele contou este sonho a um amigo chegado, Ward Hill Lamon, que escreveu um relato sobre o mesmo cinco dias antes do assassinato de Lincoln no Ford's Theatre, em Washington.

Estas experiências não se limitam a figuras públicas. A Sra. Saunders, na altura já uma senhora idosa, falou-me do seu filho enquanto estávamos sentadas no seu bangaló numa pequena aldeia perto de Banbury, em Oxfordshire. Durante toda a vida, ele dissera à família, para grande preocupação desta, que não chegaria aos vinte e um anos, e recusava-se a fazer quaisquer planos de carreira. Isto não parecia impedi-lo de aproveitar a vida, e ele era conhecido pela sua disposição descontraída.

Algumas semanas antes do seu vigésimo primeiro aniversário, ele estava a consertar um trator quando a viga de suporte partiu, fazendo com que a máquina caísse e o esmagasse. Morreu instantaneamente. Resta esperar que o seu conhecimento prévio tenha ajudado os pais a lidar com a tragédia que o destino parece ter planeado para ele com tanta antecedência.

Vários amigos e conhecidos meus tiveram premonições. Como resultado da publicidade de *Yesterday's Children*, fui contactada por um fotógrafo de retratos, Harold Fountain, para quem eu tinha modelado quando criança e adolescente e que não via há cerca de vinte anos. Ele contou-me que sonhara com o Castelo de Windsor a arder, o que relatou a amigos um mês antes de o incêndio real ocorrer.

Algumas das intuições de Harold eram mais pessoais, envolvendo avisos claros. Ele costumava ajudar na loja de *fish-and-chips* do irmão à noite; um dia, entrou um homem que fez Harold sentir-se extremamente desconfortável — ele disse ao irmão que havia algo de maléfico nele. O irmão desdenhou, mas algumas semanas mais tarde Harold deparou-se com uma fotografia do homem num jornal: ele tinha sido detido por tentar envenenar os seus colegas de trabalho.

Noutra ocasião, Harold viu um homem sentado na traseira de um camião estacionado numa rua lateral perto da loja; estava vestido com roupas de trabalho e usava um boné. Ele, também, instilou em Harold uma sensação de terrível desconforto. Harold viu-o várias vezes e, em cada uma delas, sentiu-se inquieto. Depois, uma noite, após deixar o irmão na loja, começou a sentir-se muito apreensivo. Voltou atrás e encontrou o homem no pátio das traseiras, prestes a entrar. Harold aproximou-se dele e convenceu-o a ir embora. A próxima vez que o viu foi numa fotografia de jornal; parecia que aquele homem tinha cometido uma série de assassinatos brutais em Londres. Ao seguir o seu sentimento intuitivo, Harold tinha, muito possivelmente, salvado a vida do irmão.

Um dos mistérios sobre as premonições é que nem sempre são tão úteis como esta. Podem ser sobre algo bastante insignificante, enquanto falham em tocar em eventos que são muito mais importantes. Um conhecido meu teve um sonho premonitório sobre um ralo de banheira entupido, mas não recebeu qualquer aviso prévio sobre a rutura do seu casamento e o divórcio. Teve, no entanto, três sonhos em que caía da sua mota durante as semanas antes de cair realmente. Poderá ser sensato tomar nota de premonições sobre acidentes, mesmo que isso não impeça necessariamente que aconteçam.

É frustrante prever um acidente sobre o qual nada se pode fazer. Eu costumava frequentar um festival anual de transportes realizado numa propriedade privada em Northamptonshire, no qual o meu clube de Aikido

fazia demonstrações. Num ano, um dos espetáculos era um salto de *bungee jumping*. Um saltador estava a preparar-se quando, na minha mente, o vi bater no chão. Apenas alguns momentos depois, ele estava a fazer o salto, e não havia nada que eu pudesse fazer a não ser distrair o meu filho pequeno para que ele não testemunhasse a queda. (Felizmente, descobrimos mais tarde que a vítima sobreviveu.)

Mesmo quando vemos desastres que são inevitáveis, pode haver uma razão e até um benefício. É normal que a nossa mente subconsciente observe situações potenciais e nos leve através de cenários das nossas possíveis respostas, usando sonhos e devaneios como uma espécie de ensaio para a vida real. Após uma premonição, mesmo que subtil, somos capazes de praticar a forma de lidar com a situação vindoura da mesma maneira, para estarmos preparados para o impacto do evento quando ele chegar e podermos agir de forma mais construtiva.

De modo algum toda a precognição consiste em avisos ou se refere a eventos trágicos. Por vezes, tanto sonhos como visões parecem ser enviados para nos tranquilizar ou encorajar. Alguns dos meus próprios sonhos previram boas notícias para outras pessoas, como o nascimento de um filho de uma grande amiga que acreditava ser incapaz de ter crianças. No entanto, parece que os exemplos mais memoráveis tendem a ser simultaneamente poderosos e pessoais. Entre as figuras históricas, consta que Napoleão Bonaparte teve sonhos com o seu sucesso futuro muito antes de haver qualquer indicação da posição de poder que viria a deter.

É frequentemente a qualidade destes sonhos ou visões que os mantém na nossa memória. A minha mãe teve uma vez um sonho que não lhe fez sentido na altura, mas lembrou-se dele porque lhe pareceu invulgar e era muito intrigante. Conseguia ver-se como se fosse de cima, numa sala que não reconhecia, onde estava a trabalhar com outras pessoas num determinado equipamento. Viu também o exterior do edifício e um longo corredor.

Na altura, a minha mãe não trabalhava e não tinha planos para uma mudança de circunstâncias. No entanto, quando ela e o meu pai se separaram, tudo mudou. No espaço de um ano, ela decidiu voltar a estudar e, depois de concluir o ensino secundário, candidatou-se a uma faculdade de formação de professores. Na sua entrevista, reconheceu o exterior do edifício e o corredor do seu sonho. Quando iniciou efetivamente o curso e

se viu a fazer uma experiência num laboratório de ciências, o resto encaixou-se. Ficou bastante espantada; a precisão total do seu sonho profético de há tanto tempo era inegável.

O sonho estivera a falar à minha mãe de um grande ponto de viragem na sua vida. Ela deixara a escola aos catorze anos e tivera de abandonar a sua educação. Agora, em meados dos seus trinta anos, tudo mudava. Acabou por obter uma licenciatura e qualificações de pós-graduação, bem como uma carreira docente satisfatória. Tornou-se também autossuficiente e capaz de sustentar a sua família como mãe solteira.

Na mesma linha, durante cerca de cinco anos antes de começar a procurar a minha família de vidas passadas, eu costumava ter sonhos em que era entrevistada. Na verdade, esperava que estes sonhos não se tornassem realidade, porque estar no centro das atenções nunca foi a minha ideia de diversão; preferi encará-los como uma forma de clarificar os meus pensamentos. Mas, quando *Yesterday's Children* foi publicado, vi-me a dar muitas entrevistas e, subitamente, aqueles ensaios noturnos fizeram sentido.

Do ponto de vista da validação das experiências precognitivas, é obviamente útil quando estas podem ser partilhadas antes do evento. Há alguns anos, sonhei que estava a conduzir o carro do meu marido, um velho Austin A35, em Northampton. Ao tentar virar à direita num semáforo, não conseguia engatar nenhuma mudança e estava presa na faixa exterior, bloqueando o trânsito. Depois, um motorista de camião ajudou-me a empurrar o carro para o passeio, após o que caminhei até ao local de trabalho do Steve. Quando regressámos ao carro, bastaram alguns momentos para o pôr a funcionar e ri-me de alívio por não ser nada de grave.

Quando acordei deste sonho muito detalhado, contei-o ao Steve e brinquei dizendo que, conhecendo-me, provavelmente tudo iria acontecer. Naquela altura, o Steve não trabalhava em Northampton e eu tinha o meu próprio carro. Quatro meses mais tarde, o meu carro teve uma avaria; o Steve tinha sido transferido para um emprego em Northampton, por isso partilhámos o carro dele e combinámos que eu o iria buscar ao trabalho.

Esqueci-me do meu sonho até chegar aos semáforos de Bedford Road e, posicionada na faixa exterior pronta para virar à direita, descobrir que não conseguia engatar nenhuma mudança. Um motorista de camião veio

em meu auxílio enquanto eu apenas ali ficava sentada, absorvendo o facto de ter sonhado cada detalhe exatamente como estava a acontecer agora.

Quanto à razão de eu ter sonhado tudo isto antecipadamente, essa é uma das muitas perguntas sem resposta nesta área. Mas, de um ponto de vista pessoal, tudo isto contribui para um corpo de experiência que me ajuda a confiar na precisão das minhas outras visões do futuro, mesmo do futuro longínquo que não pode ser verificado tão facilmente.

Quão precisas podem ser as visões do futuro? Em virtualmente todas as experiências de fenómenos psíquicos, o grau de precisão é variável; mesmo os melhores indivíduos dão algumas informações que não são verdadeiramente psíquicas. O Professor J. B. Rhine, da Universidade de Duke na Carolina do Norte, um notável pioneiro na investigação de fenómenos psíquicos, descobriu que os indivíduos obtinham resultados muito melhores numa atmosfera propícia, livre de todas as distrações externas. Mas, mesmo sob circunstâncias ideais, nem todos os detalhes estariam completamente corretos.

Em justiça, isto deve ser comparado com o grau de precisão que podemos esperar da mente em ligação com outras funções, como a memória. Ninguém tem uma recordação perfeita de cada momento da sua vida e, ao recordarmos um evento em detalhe, introduzimos erros ao tentarmos preencher as lacunas. Nas visões do futuro, as imprecisões também ocorrem quando as pessoas colocam a sua própria interpretação naquilo que estão a ver.

Há cerca de dez anos, estava numa reunião familiar e senti-me no estado de espírito certo para pressentir o futuro. Decidi concentrar-me em cada pessoa, uma de cada vez, tentando vê-las como pareceriam quando ficassem mais velhas. Vi o meu irmão mais novo como um homem ligeiramente mais pesado, com cabelo branco nas fontes: ele está agora a começar a adquirir algum cabelo branco e tem um pouco de peso extra. Mas o Michael não pareceu envelhecer de todo; por mais que eu tentasse ver o seu eu mais velho, enquanto todos os outros mudavam, ele não mudava.

Concluí, erroneamente, que ele não mudaria com a idade. Foi apenas com a sua morte, alguns anos mais tarde, que a verdadeira razão se tornou

clara. O que isto demonstra é que tentar dar sentido a algo que não se compreende pode levar a interpretações incorretas.

De facto, quando tenho sonhos premonitórios ou vislumbres do futuro em vigília, estou geralmente bastante certa de que eles acontecerão. Estas experiências precognitivas têm sempre a mesma qualidade da memória de um evento que já aconteceu. Em vez de ver um futuro que ainda não ocorreu, parece mais como captar um evento que já foi fixado no tempo — tal como uma memória, mas lançada para trás no tempo em vez de para a frente.

Na minha experiência, a ligação entre um evento tal como acontece e a precognição desse evento é a qualidade da minha própria reação. Tanto o momento de prever como o momento de experienciar o evento no seu tempo real tendem a ser acompanhados por uma sensação estranha, uma espécie de abalo mental. É como se a mente existisse simultaneamente em dois pontos diferentes no tempo, mas ligada a si mesma e funcionando através do tempo em vez de apenas no presente. Outra forma de o dizer é que é quase como se o tempo se tivesse dobrado naquele ponto e se tivesse tornado uma única experiência em vez de duas. Frequentemente, a minha mente está num estado relaxado e recetivo em ambos os pontos no tempo.

Uma possível explicação para isto foi-me originalmente sugerida pelo meu filho. Nós olhamos para o tempo a partir do momento presente; vemos o passado atrás de nós e o futuro à frente, e pensamos em nós próprios existindo no "agora". Mas esta visão linear pode, por si só, limitar a nossa compreensão do tempo e da mente. Talvez a precognição envolva um tipo de comunicação telepática através do tempo. Já houve testes científicos de telepatia suficientes para que esta seja aceite como um fenómeno real e válido.

A telepatia requer tanto um emissor como um recetor. Nas experiências científicas, o envio de uma mensagem mental é deliberado, mas na vida comum, a comunicação telepática entre membros da família (e frequentemente entre animais de estimação e os seus donos) ocorre espontaneamente, particularmente em momentos de grande emoção. Poderia a precognição de eventos nesta ou em vidas futuras envolver um processo semelhante, de modo que a informação seja passada, geralmente sem saber, de um emissor futuro para um recetor no presente?

Certamente sinto que, pelo menos em alguns casos de precognição, existe uma ligação com o eu futuro, ou com a pessoa cujo futuro se está a "ver". Sinto certamente esse tipo de ligação quando me vejo com um rosto velho. (Anseio por ter o cabelo branco e olhar para trás para estes tempos.) A previsão de uma natureza menos pessoal poderá muito bem exigir duas mentes futuras ou mais.

As premonições da maioria das pessoas, incluindo as minhas, tendem a estar relacionadas com pequenos eventos pessoais. Previsões úteis são muito mais invulgares. Isto pode dever-se, em parte, ao facto de os acontecimentos do dia-a-dia afetarem geralmente mais as nossas vidas do que os eventos mundiais. É possível que um vidente como Nostradamus, que previu muitos eventos de importância social significativa, estivesse a aceder às mentes de inúmeras outras pessoas através do tempo.

Poderão todos ver o futuro? As pessoas que fazem uso da capacidade psíquica nas suas vidas nascem geralmente com um dom psíquico natural que desenvolvem ao longo do tempo através da tentativa e erro. Mas acredito que muito mais pessoas poderiam aceder a essa parte não exercitada da sua mente, ou espírito. Não há nada de mágico ou místico no *psi*, nem tem nada a ver com crenças religiosas. Pode ser uma parte comum da vida e um meio natural de comunicação ou compreensão. Como em todas as capacidades humanas, algumas pessoas serão boas nisso e acharão fácil, enquanto outras terão de trabalhar para o conseguir, e algumas poderão achá-lo muito difícil.

Como podemos ver o futuro? Talvez a primeira coisa a fazer seja aceitar a possibilidade de que conseguimos. Uma coisa que é bastante certa é que se trata de uma atividade do hemisfério direito do cérebro. Hoje em dia, a maioria das pessoas é treinada através da sua educação para potenciar as funções do hemisfério esquerdo, como o raciocínio passo a passo e o uso da linguagem, e é ativamente desencorajada de devanear. Mas os sentimentos reflexivos e intuitivos utilizam mais o lado direito do cérebro, a área que é provavelmente responsável pelos súbitos saltos criativos que as pessoas por vezes dão ao resolver problemas.

O meu pai costumava acordar a meio da noite e escrever todo o tipo de equações matemáticas que lhe surgiam subitamente. É mais do que provável que isto se devesse ao uso da intuição do hemisfério direito, que é muitas vezes mais fácil de alcançar quando não se está a tentar de uma

forma consciente ou analítica, mas a refletir suavemente sobre um problema num estado de repouso e relaxamento, como acontece pouco antes de dormir.

Como poucas pessoas conseguem atingir um estado profundo de relaxamento enquanto acordadas, um bom começo seria anotar os seus sonhos. É verdade que a maioria dos sonhos tem a ver com a vida quotidiana e os sonhos proféticos são relativamente raros. Mas prestar atenção regularmente aos nossos sonhos permite-nos tornarmo-nos conscientes daqueles que são significativos. É útil lembrar-se a si próprio, antes de ir dormir, que tenciona lembrar-se dos seus sonhos, e manter um caderno ou gravador ao lado da cama para os poder registar antes que se escapem.

Para se tornar aberto a visões do futuro em vigília, é necessário cultivar um estado de espírito que encoraje a atividade do hemisfério direito. As pessoas que têm episódios psíquicos frequentemente podem não estar a fazer nada mais invulgar do que permitir-se experienciar esse estado muito subtil que combina relaxamento com alerta mental e concentração. Para aqueles a quem isto não surge naturalmente, a meditação é uma boa forma de cultivar esse estado de espírito.

O mesmo estado meditativo, reflexivo e de devaneio é evidente em todos os tipos de experiência psíquica. É também um estado no qual o nível de concentração e atividade mental é muito elevado. Crianças com menos de seis anos produzem frequentemente frequências de ondas cerebrais semelhantes às encontradas em pessoas que passaram muitos anos a aprender a meditar eficazmente. Vale a pena notar isto, porque é antes dos seis anos que as crianças também têm maior probabilidade de se lembrarem de vidas passadas.

Talvez seja importante notar aqui que é extremamente imprudente usar drogas para induzir estados de transe. Para além dos perigos óbvios, qualquer coisa que pudesse ver teria poucas probabilidades de ser fiável ou de ter qualquer utilidade, e o nível de concentração exigido seria, de qualquer modo, prejudicado por drogas ou álcool. Pessoalmente, considero útil ser abstémia.

Se formos procurar ajudas artificiais, sabe-se que a estimulação física de diferentes áreas do cérebro pode desencadear memórias, bem como

outros sentidos e, sob condições experimentais, descobriu-se que a estimulação do lobo temporal direito induz experiências fora do corpo. Talvez experiências semelhantes pudessem também ser usadas para induzir a precognição à medida que se aprende mais sobre a atividade cerebral.

As capacidades precognitivas são mais do que habitualmente aparentes em várias pessoas que passaram por uma experiência de quase-morte. Sabe-se que quanto mais se usa uma determinada via nervosa, melhor ela funciona. É possível que as EQM estimulem o cérebro a desenvolver vias nervosas até então não utilizadas, permitindo que as experiências psíquicas aconteçam mais facilmente. Há ainda muito por descobrir sobre as ligações entre a mente, a nossa perceção global e o cérebro, que a mente utiliza como uma máquina viva para processar informação.

Quando Nostradamus fez as suas previsões, estas raramente eram claras, consistindo em pequenos instantâneos, como peças de um puzzle. Do meu ponto de vista, isto torna as suas profecias muito mais fortes e prováveis do que se fossem completas, simplesmente porque é exatamente assim que a precognição parece funcionar. Não se vê tudo ao mesmo tempo e não existe uma forma real de escolher o que será visto. Por vezes, peças bastante importantes ficam de fora e as visões surgem aleatoriamente, sem qualquer sentido de ordem no tempo.

Para olhar para o futuro, Nostradamus sentava-se durante horas a meditar à luz das velas sobre uma taça rasa com água, mas muitas das suas perceções surgiam espontaneamente. A meditação pode tê-lo ajudado a obter alguns dos detalhes de que necessitava para compreender o que via, mas algumas das suas visões espontâneas continham informação suficiente para ele ser capaz de especificar tempos e lugares. Esforçou-se por descrever o que via com o máximo de detalhe possível e a partir do seu próprio ponto de vista. No entanto, os seus relatos são complicados pela sua necessidade de se proteger da perseguição, disfarçando as premonições em versos crípticos. Isto foi a causa tanto de interpretações erradas como da rejeição da sua capacidade.

As principais áreas cobertas pelos versos proféticos de Nostradamus são a política da guerra e, por vezes, as tragédias da natureza. Este tipo de temática é extremamente útil, pois pode ser identificada, particularmente porque ele era frequentemente capaz de nomear lugares e pessoas, embora

de forma críptica, ainda que nem sempre datas. A sua habilidade era claramente excecional.

Sob hipnose, quando passei a observar um período quarenta anos à frente, descrevi a África Central como estando num estado de turbulência e o norte da China com uma força política que inquietava os seus vizinhos. Descobri mais tarde que ambas as situações são mencionadas por Nostradamus, mas em termos mais fortes. Ele descreve uma série de guerras generalizadas e devastadoras, que tendem a alarmar as pessoas que temem todo o tipo de desagrados à medida que nos aproximamos do fim do milénio.

No entanto, estas descrições precisam de ser vistas em perspetiva. Para Nostradamus, uma visão da Guerra do Golfo, por exemplo, poderia parecer avassaladoramente destrutiva comparada com o tipo de guerra conduzida no seu próprio tempo. Embora a Guerra do Golfo tenha sido, naturalmente, muito destrutiva, não foi global. Poderá ser, por isso, que as guerras que Nostradamus prevê para o nosso presente e futuro sejam aquelas que já estão a decorrer em diferentes partes do mundo — as quais são desagradáveis e preocupantes, mas não afetam, até agora, todo o planeta.

Uma das suas profecias, que parece aplicar-se ao futuro longínquo, despertou em mim um sentimento de reconhecimento. Embora Nostradamus tenha falado de um período de guerra, previu que este seria seguido por um tempo de paz, quando a população estaria muito reduzida. Isto é comparável com o tempo futuro que eu vi, com uma população mundial muito menor, uma sensação de segurança e muito pouca violência, se é que existirá alguma: um tempo não apenas de ausência de guerra, mas de uma harmonia civil invulgar. Assim, enquanto muitas pessoas hoje em dia veem a situação mundial a passar atualmente de mal a pior, parece que existe uma esperança real para o futuro da humanidade e do planeta.

CAPÍTULO 8

Nadilly

A criança de amanhã

Uma vida futura

Quando comecei a ter vislumbres aleatórios do que apenas conseguia explicar como uma vida futura, todos os meus velhos sentimentos entraram em jogo quanto a manter o assunto reservado apenas para mim e amigos próximos.

Durante alguns anos, senti-me muito cautelosa e constrangida em relação a isso, simplesmente porque era quase estranho demais para discutir. Era como ser criança outra vez. Em criança, tive de lidar com as minhas memórias de uma vida passada, sabendo que a reencarnação não era geralmente aceite. Mas agora eu era uma adulta e percebi que a única forma de descobrir se conseguia explicar, ou até, de certa medida, provar este novo fenómeno, era tentar fazê-lo.

A primeira vez que vi, ou melhor, senti o meu amanhã foi durante as férias da Páscoa de 1990. Estávamos numa longa viagem de carro de regresso a casa, vindo de Eastbourne, na costa sul, para as Midlands, muitas horas após a nossa viagem de ida de manhã cedo. Eu ia no banco do passageiro enquanto o Steve conduzia e os nossos filhos jaziam exaustos lá atrás. O sol estava baixo e feixes de luz brilhante tremeluziam entre as árvores, atraindo o meu olhar. Com o rosto voltado para oeste, para o sol poente, e apreciando a vista de campos ondulantes bordejados por árvores grandes e imóveis, relaxei e deixei a minha mente divagar.

Não estava a dormir e o que aconteceu a seguir não pareceu um sonho; contudo, não era do presente, não era do aqui e agora. A primeira coisa estranha aconteceu quando passei os dedos pelo cabelo e tive a estranha consciência de que a sua textura se alterara inesperadamente. Senti curiosidade, sabendo que aquilo dificilmente era normal, mas não fiquei de modo algum alarmada. Em vez do meu cabelo habitualmente espesso e encaracolado, as mechas lisas sob os meus dedos eram finas, terminando em pequenos nós emaranhados.

Lembrei-me imediatamente da sensação que o cabelo dos meus filhos costumava ter, antes de o primeiro corte remover o cabelo de bebé penugento. Nesse ponto, e com considerável surpresa, notei que, embora pudesse sentir fisicamente o cabelo que não era o meu, as minhas mãos continuavam no meu colo. Obviamente, algo de extremamente fora do comum se passava.

Olhei para o Steve e disse: "Está a acontecer uma coisa curiosa agora mesmo. Conto-te mais daqui a um minuto". Eu ainda estava suficientemente ciente do que me rodeava para notar que ele tinha posto uma cassete de *Mike and the Mechanics*, que mais tarde substituí pela *Missa Luba*, uma rendição entusiasta da missa congolesa cantada por um coro africano.

À medida que o estado alterado continuava, era como se eu fosse dois eus ao mesmo tempo, ocupando temporariamente o mesmo espaço como se estivéssemos sobrepostos; tinha consciência primeiro de um e depois do outro. Tinha também consciência de que o novo eu pertencia a outro tempo. Este outro eu era pequeno, de pele escura. Era uma menina asiática de cerca de dois anos e estava sentada no chão ao ar livre, naquele estado de devaneio tão comum em crianças pequenas. Embora tudo fosse muito peculiar, por alguma razão que não conseguia explicar, senti a certeza de que este era o meu eu futuro. Quase instantaneamente ao vê-la e senti-la, aceitei-a como sendo exatamente isso.

Sabia que ela se chamava Nadia e que era uma parte de mim. Não havia qualquer problema, para mim, em aceitar que ela nada tinha a ver com a minha vida atual; por muito improvável que pudesse parecer à primeira vista, eu simplesmente sabia que Nadia era quem eu seria na minha próxima vida. Senti também, de forma única, que ela tinha consciência de mim: que eu era o eu que estava a ser recordado.

O gatilho para este evento pode ter sido o sucesso que eu estava a começar a ter, naquela fase, com a minha investigação sobre a minha vida anterior. Naquele ponto, em 1990, tinha finalmente encontrado a primeira prova escrita da existência de Mary Sutton, a sua certidão de óbito, e soube então que seria possível consubstanciar todas as minhas outras memórias dela. Saber que isto me poderia dar a oportunidade de falar abertamente sobre ela, finalmente, era uma fonte de alívio tremendo.

Pode também ter-me dado a confiança para reconhecer que o que eu estava a ver agora poderia situar-se além do fim da minha vida atual. De facto, talvez já tivesse tido vislumbres desta vida antes, mas ou não conseguira reconhecer o que eram ou os tinha suprimido. A minha necessidade de conformidade é bastante forte e as minhas memórias de vidas passadas já eram suficientes para lidar; teria sido difícil, antes dessa altura, admitir conscientemente que via visões de uma vida futura. Além

disso, para eu reconhecer estas visões, elas não podiam ter nada de vago. Tinham de ser experienciadas desta forma dramática e inequívoca, enquanto eu estava acordada e numa altura em que eu fosse capaz de as aceitar pelo que eram. Porque uma vez aceite a experiência, ela já não podia ser ignorada: teria de a discutir com outros, compreendê-la e, de algum modo, lidar com ela.

Esta experiência de olhar para o futuro tinha uma qualidade diferente de recordar a minha vida passada como Mary. Aquelas tinham sido como quaisquer outras memórias; nunca houve nada de estranho nelas. Com esta experiência mais recente, senti que estávamos ligadas: eu estava a viver os sentimentos não tanto como uma memória, mas como se eu estivesse no passado e a Nadia de dois anos me estivesse a recordar da sua vida no futuro, no ano 2040. A memória pode ser extremamente vívida por vezes; podemos recordar e reviver cheiros, visões, sons e emoções. Mas isto não parecia revivido ou recordado; parecia vivo, como se eu estivesse a ser tocada por esta existência futura.

Depois disso, foi como se eu tivesse aberto uma porta através da qual passariam a pairar cada vez mais fragmentos da minha vida futura. Imagens e sentimentos vinham até mim a qualquer momento, como os fragmentos de memória que fervilham constantemente contra o pano de fundo da nossa consciência quotidiana. Da mesma forma que recordei mais sobre as minhas vidas passadas ao passar tempo a pensar nelas conscientemente, também agora encorajei conscientemente os vislumbres do futuro que me chegavam. Nunca houve qualquer dúvida na minha mente de que estava a ver o meu próprio futuro, começando por volta de 2040. Tinha consciência do período temporal, sabendo-o de algum modo como uma certeza, tal como acontecera com as minhas memórias de vidas passadas. E continuava a sentir-me como eu, mas dentro de um corpo diferente. Lentamente, comecei a aprender mais.

O nome Nadia estava lá apenas como um sentimento, de forma muito semelhante a como o nome Mary sempre estivera; eu não tinha noção de um apelido nessa fase. Da mesma forma, tinha uma perceção da localização, que era bastante específica. Tal como sempre soubera que Mary vivera na Irlanda, sabia que Nadia vivia no leste do Nepal. Havia um lugar por perto cujo nome começava por "Dhar", possivelmente seguido de mais uma ou duas sílabas que não me ocorreram.

Com o tempo, à medida que abria a minha mente à vida de Nadia, obtive mais e mais imagens. Vinham em fragmentos em momentos diferentes, a maioria enquanto estava acordada, mas por vezes num sonho ou estado de semi-sonho. Tive de reconstruir todo o quadro a partir de pequenos fragmentos que, por vezes, cobriam apenas alguns detalhes; estes, porém, eram infalivelmente consistentes. Sempre que os via, a aldeia e a paisagem eram sempre as mesmas. De certa forma, era semelhante a tentar juntar as peças de uma memória semi-esquecida, revendo as partes mais claras muitas vezes e apenas gradualmente as alargando com outros vislumbres periféricos.

A casa de Nadia ficava numa aldeia situada contra uma encosta numa zona montanhosa. Um trilho sinuoso seguia para norte, para fora da aldeia; a sul do trilho, o terreno descia abruptamente para um vale, para além do qual se estendiam muitos mais montes. Encosta acima, para sudeste, havia apenas a encosta do monte a subir. Havia sinais de chuvas fortes regulares, pois o caminho estreito contornando a encosta estava erodido por regatos que cortavam o solo avermelhado-alaranjado de textura fina. Este solo, um lodo ligeiramente arenoso, lembrava-me a lama dos estuários. Conseguia sentir a sua textura fina e quebradiça enquanto a Nadia muito pequena brincava com a lama húmida após uma chuvada; ela conseguia comprimi-la numa bola, mas esta logo se desfazia.

Algumas das encostas vizinhas eram densamente arborizadas, mas a área perto da aldeia consistia principalmente em matagal. Encosta abaixo, eu conseguia ver uma garganta cujo fundo estava coberto por uma selva virtual; quando olhava encosta acima, eram visíveis afloramentos rochosos. Havia algumas áreas de terreno mais plano — pequenas clareiras contendo, cada uma, duas ou três casas familiares longas, baixas, de um só piso. Eram utilitárias, bastante espartanas e pintadas de branco, e os seus arredores eram mantidos muito limpos.

A casa de Nadia ficava na clareira mais a norte, perto do caminho que serpenteava a encosta. Havia mais casas encosta acima e encosta abaixo, talvez vinte ao todo, em diferentes níveis, mas todas situadas a sul da área que eu vira primeiro. Eram todas casas familiares que proviam abrigo para grandes famílias alargadas. O caminho que saía da aldeia descia para cruzar uma estrada pedregosa e poeirenta e continuava em direção aos campos.

A pequena Nadia parecia ser cuidada durante grande parte do dia por uma mulher idosa que pensei poder ser a sua avó, e senti que havia talvez três crianças mais velhas na sua família. À medida que a sentia crescer, apercebi-me de maçãs do rosto salientes e olhos ligeiramente amendoados, o que dava ao seu rosto um aspeto mais tibetano, ligeiramente oriental, do que as características tradicionais indianas asiáticas.

Tive uma imagem particularmente clara de Nadia por volta dos dezasseis anos. Isto foi interessante porque, a certa altura, vi-a como se fosse de fora, além de experienciar ser ela. Estava de pé com algumas amigas junto a um campo, onde várias pessoas pareciam estar a trabalhar. Vi um grupo de quatro jovens mulheres, incluindo a Nadia, todas vestidas com um tipo de sári, talvez não tão amplo como o sári indiano, consistindo num corpete simples e numa saia envolvente.

Havia muito riso tímido, pois o grupo de raparigas estava a ser fotografado, ao que parecia, por alguém de fora. A certa altura, vi até como era a fotografia final. Os nomes das amigas de Nadia, tanto quanto consegui perceber, eram Sati, Tahera e possivelmente Neair.

Vi-a também numa idade mais avançada, agora como mãe. Estava a trabalhar no que era provavelmente o mesmo campo grande, com um rapazinho de cerca de três anos que corria descalço, brincando entre as fileiras de cultivo. O sentimento nesta altura era diferente, menos relaxado e mais exigente; Nadia parecia preocupada com algo, talvez uma doença. Eu estava acocorada perto do chão, provavelmente a mondar a plantação; era difícil dizer em que se tornariam os rebentos finos, mas parecia algum tipo de cereal. Poderia haver outras mulheres no campo, mas não estavam suficientemente perto naquele momento para conversar.

Eu sabia que esta visão do futuro distante seria virtualmente impossível de verificar durante o meu tempo de vida. Mas alguns aspetos da área onde ela vivia podiam ser conferidos, uma vez que provavelmente permaneceriam inalterados — incluindo o tipo de solo e a geografia da zona. Havia certamente alguma margem para investigação.

Quando investiguei a minha vida passada como Mary na Irlanda, a minha demanda foi localizar os filhos por quem estava tão ansiosa, o que significava localizar a casa de que me lembrava. Consegui fazê-lo porque não só existiam edifícios e marcos sobreviventes, como a maioria dos

filhos ainda vivia. A minha demanda pelo futuro ia ser bastante diferente; exigia também a coragem de iniciar o que tem de ser visto como uma linha de estudo muito peculiar.

Primeiro, tive de desenhar um mapa da área e investigar qualquer detalhe minúsculo que pudesse levar a localizá-la com precisão; isto incluiria descrições detalhadas de qualquer edifício que pudesse já estar de pé agora. Como nada do terreno parecia plano, desenhar um mapa da aldeia ia ser exigente. O curso ideal teria sido viajar até ao Nepal para procurar a aldeia, uma vez que estivesse razoavelmente certa da sua localização. Mas, mesmo sem contar com os custos envolvidos, não era uma viagem que eu pudesse fazer. Devido a uma variedade de alergias graves que adquiri durante um período de stress, há vários sítios para onde não posso viajar; um deles é o Nepal.

Decidi começar por verificar tanto a área como os nomes nepaleses. Olhando num atlas para um mapa pouco detalhado do Nepal, descobri que a área que parecia correta se limitava a uma região bastante restrita no leste do país, a meio caminho entre o Monte Evereste a norte e a fronteira com a Índia a sul. Havia apenas uma cidade nomeada no atlas, Dhankuta, que se ajustava bem ao nome parcial que eu já tinha. Mas eu precisava realmente de encontrar um mapa mais detalhado. Quanto ao nome Nadia, após tentar alguma investigação, ouvi uma carta lida no programa de televisão da manhã de uma Nadia com um apelido asiático, por isso soube que este era um nome possível para uma rapariga nepalesa.

Antes de procurar mapas mais detalhados ou realizar mais investigações, senti que era importante aprender o máximo possível sobre a própria vida futura. Se esperasse por novas visões, poderia levar muito tempo até reunir informação suficiente para localizar a aldeia real. No entanto, havia um método que me poderia permitir obter detalhes mais completos com maior rapidez. Decidi tentar uma nova experiência de hipnose.

De certa forma, esta investigação não seria diferente da experiência de observar vidas passadas, mas os meus receios eram muito distintos. Olhar para o passado e encontrar ali uma causa de trauma emocional, enfrentá-la e fazer as pazes com ela, pode trazer uma sensação de alívio e cura. Mas olhar para o futuro, sabendo que o que quer que lá seja visto ainda está por enfrentar, poderia ter um efeito bastante diferente e tornar-se,

possivelmente, uma causa de angústia. Isto, por si só, era uma ansiedade genuína que eu tive de levar em consideração.

Inicialmente, não questionei se era possível ver o futuro sob hipnose; acho que o dei como garantido. Tivera muitas visões do futuro enquanto estava num estado de repouso; seria viável, pensei eu, que o mesmo acontecesse sob hipnose. Olhando para trás, o meu otimismo neste ponto poderia ser visto como quase temerário! Mas a minha necessidade de procurar o futuro tornara-se urgente, embora de uma forma muito diferente da minha busca pelo passado.

Algo de que não tinha dúvida alguma era de que estava genuinamente a ver um futuro real. Todas as minhas visões do futuro vistas em sonhos tinham-se realizado mais tarde como eventos reais. É menos comum eu ter visões enquanto acordada, mas quando as tenho, tendem a incluir uma elevada proporção de detalhes precisos, mesmo quando abrangem um longo período de tempo; mais uma vez, elas sempre aconteceram. As visões obtidas através de técnicas de concentração tendem a ser menos precisas nos detalhes e, por vezes, mais difíceis de interpretar. Mas, com todos estes métodos, eu fora capaz, em algum momento, de falar a outras pessoas sobre eventos futuros que acabaram por acontecer. Por isso, confiava nas minhas visões futuras.

Com o uso da hipnose, esperava obter o mesmo tipo de experiência encontrada através da premonição espontânea ou da concentração ativa; já descobrira que, com outra pessoa no controlo, os resultados podiam ser alcançados muito mais facilmente, e esperava obter detalhes adicionais tal como acontecera ao recordar a vida de Mary sob hipnose.

Assim que tomei a minha decisão, escrevi a Jim Alexander, que me ajudara com a hipnose de regressão como parte da minha investigação de vidas passadas. Tinham passado cinco anos desde essas sessões, mas já tínhamos descoberto que o gatilho subconsciente que induzia em mim um estado hipnótico instantâneo ainda estava ativo. Tínhamos reconstruído uma sessão hipnótica para a série *Strange But True?* da London Weekend Television, para a qual não se esperava nem me foi pedido que entrasse num transe real. Mas, com apenas uma instrução muito breve, atingi um estado hipnotizado quase imediatamente. Não tinha a certeza se o Jim seria capaz de me ajudar a olhar para o futuro ou se acharia prudente tentar, mas sabia que podia confiar nele e que me sentiria segura com ele no comando.

Sabia também que tinha havido alguma experimentação prévia em progressão hipnótica — o termo para ver o futuro sob hipnose. O hipnotizador Albert de Roches, cuja investigação inicial sobre hipnose de regressão foi publicada em 1903, afirmava que alguns dos seus pacientes pareciam capazes de ver vidas futuras sob hipnose. A progressão não é geralmente considerada um tema de estudo útil, uma vez que o futuro distante não pode ser provado e existe uma grande margem para a imaginação entrar em jogo. No entanto, como eu já tinha indicado o período em questão e tinha um histórico de precognição precisa, senti que havia um caso mais forte do que o habitual para a investigação. O Jim e eu encontrámo-nos para discutir o que me estava a acontecer e ele concordou em tentar a progressão hipnótica. Em outubro de 1993, embarcámos numa série de sete sessões experimentais.

Embora me julgasse bem preparada para me submeter novamente à hipnose, devo ter tido alguma ansiedade inconsciente, porque, de início, dei por mim a lutar um pouco e a manter o controlo consciente. Mas, depois disso, flutuei lentamente, primeiro para um transe leve e depois, gradualmente, para um estado mais profundo. À medida que o meu corpo ficava flácido, reconheci aquela sensação de afundamento, um pouco como o deixar-se dormir, mas sem nunca adormecer completamente. A minha mente consciente ficou para trás com o meu corpo, capaz de observar mas já não no controlo. Em breve, a voz desencarnada do Jim estava, mais uma vez, a orientar-me.

Ele instruiu-me a não usar a imaginação, mas apenas a descrever o que experienciava, usando todos os meus sentidos. Primeiro houve apenas a voz, e depois fui guiada através do mundo do subconsciente. O Jim pediu-me para ver o tempo a passar, e eu vi uma série de imagens em constante mutação e mudança à distância, um pouco como uma tira de filme encostada a uma parede escura. Depois, fui puxada para a frente, para o futuro, continuando a observar as imagens, mas ainda sem conseguir focar claramente nenhuma em particular.

A voz do Jim disse-me para encontrar o ano de 2050 e eu mergulhei involuntariamente em direção a um ponto no tempo em que me reconhecia como Nadia, aos oito anos de idade, na aldeia que já me era familiar. Nesta ocasião, numa época do ano seca e quente, várias mulheres e crianças estavam a fazer algo com uma colheita de cereais. Eu conseguia ver uma

pedra plana com cerca de 18 polegadas (45 cm) de largura, embora não tivesse a certeza para que servia — não parecia ser para moer. Embora ostensivamente estivéssemos a ajudar, eu e as outras crianças estávamos, na verdade, a brincar, e até as mulheres que faziam o trabalho pareciam estar relaxadas e a sorrir, em vez de estarem exaustas pelo trabalho.

A voz, que uma parte de mim ainda sabia pertencer ao Jim, perguntou-me o apelido e eu disse algo que soava como "Tanchan". Enquanto me questionava sobre a minha vida, mencionei três irmãs mais velhas e um irmão mais novo. Depois, perguntou o que lhe podia dizer sobre notícias locais e mundiais. A imagem mudou. Vi-me num momento diferente, nas ruas da cidade próxima, a ouvir as pessoas falar; o tema principal eram as repetidas inundações que tinham afetado recentemente uma área muito a sul, fora do Nepal. (Após a sessão, senti que o local poderia ter sido o delta do Ganges, perto de Calcutá.) O interrogatório continuou durante todo o tempo; geralmente, as minhas respostas eram bastante breves. Por vezes, a resposta levava-me a uma visão diferente, a um dia diferente.

"Lês algum jornal?" Procurei um jornal. Havia uma pequena carrinha de caixa aberta que vinha recolher o excedente de cereais; o condutor carrancudo, que nunca se dava ao trabalho de sair da cabine para ajudar no carregamento, entretinha-se com um jornal enquanto esperava. Ele parecia ser indiano e não nepalês.

"Que outros veículos existem?" Respondi que havia apenas alguns, que passavam principalmente pela aldeia no caminho entre cidades. Havia alguns comerciantes, um dos quais vendia sandálias por 24, ou talvez 240 ou 2400, de uma moeda não nomeada (o meu eu no presente sabia que eram rupias). Este comerciante costumava carregar uma mula ou um burro com as suas mercadorias, de modo que o animal parecia estar decorado com sandálias multicoloridas. Havia também um veículo muito degradado, possivelmente um miniautocarro, que podia levar as crianças para a escola e outros para a cidade; funcionava com um horário altamente imprevisível.

Instada a descrever o dinheiro, vi-me a olhar para três moedas redondas feitas de diferentes tipos de liga. Em particular, notei uma moeda prateada coberta extensivamente por caracteres ornamentados de estilo indiano. Era bastante pequena, aproximadamente do tamanho de uma moeda britânica de 5 pence, e fina — os bordos pareciam quase afiados. Não consegui perceber bem se tinha um furo no centro; esta incerteza fez-

me perguntar se outras moedas o teriam. Eu sabia que o motorista da carrinha trocava notas com os homens da aldeia, mas não as vi.

A cidade mais próxima ficava a alguns quilómetros de distância, para sudoeste. Nomeei-a como Dhankuta, mas depois senti que estava errado; após olhar para o mapa, decidira que a aldeia ficava a norte de Dhankuta, mas Dhankuta ficava provavelmente muito mais longe do que a pequena cidade que descrevi. Tinha ruas estreitas, pavimentadas de forma irregular com pedras ligeiramente maiores do que um tijolo padrão. Apenas algumas das ruas eram largas o suficiente para os poucos veículos; a maioria era ou demasiado estreita ou demasiado desarrumada. A maior parte dos veículos passava pela estrada norte-sul; poucos seguiam pela estrada para leste que levava de volta à aldeia de Nadia. No meio de uma das vias erguia-se uma estrutura decorativa de algum tipo, talvez um poço, e muitos dos edifícios tinham objetos presos aos beirais, pendendo sobre a rua. Alguns destes poderiam ser mercadorias para venda, mas alguns, senti eu, eram talismãs ou algum tipo de amuletos de boa sorte. As ruas não pareciam particularmente apinhadas, mas havia um fluxo contínuo de pessoas, a maioria a caminhar bastante devagar e sem pressas no que quer que estivesse a fazer.

Quando o Jim me pediu para avançar dez anos, encontrei-me com dezoito anos, no meio de uma cerimónia de casamento. Foi a primeira vez que houve qualquer sentido de seriedade nesta existência, por outro lado, deliciosamente despreocupada. Estava feliz por me casar, mas a minha emoção principal parece ter sido um sentimento de orgulho pelo prestígio do meu novo estatuto de adulta.

O noivo era um homem de aspeto muito jovem que vinha da nossa aldeia; dei o seu nome como Ghunta — com relutância, pois sempre tive dificuldade com nomes nestas sessões. A cerimónia estava a decorrer num edifício muito ornamentado na cidade e esperava-se que durasse o dia todo. Um padre idoso, aparentemente absorvido na sua tarefa, estava diante de nós.

Descrevi as minhas roupas como sendo em camadas; tinha consciência do peso invulgar de várias camadas de uma peça de vestuário solta, possivelmente de mangas compridas, decorada nas extremidades. O meu marido vestia calças brancas e uma túnica solta; mais uma vez, o seu vestuário parecia envolver várias camadas. O Jim perguntou se seria

consumido álcool nas celebrações e a minha resposta expressou uma forte desaprovação; disse que esperava que não houvesse álcool!

Agora o Jim pediu-me simplesmente para flutuar no tempo até ser atraída por algum evento. Vi mais uma vez o grupo de jovens mulheres a serem fotografadas perto dos campos quando eu tinha cerca de dezasseis anos. Conseguia ver letras na câmara, as primeiras das quais eram "Nic". Os fotógrafos eram turistas, estrangeiros que pareciam muito grandes em comparação connosco; eram possivelmente americanos. Não conseguia evitar rir-me do seu comportamento sério, bem como das suas botas pesadas e fatos de estilo safari. Nós usávamos sandálias para caminhar nos trilhos íngremes, mas eles precisavam de botas grandes! Isto foi motivo de grande diversão, o que fazia sentido na altura, embora o significado se tenha perdido para mim quando já não estava hipnotizada.

A fotografia foi tirada na extremidade sul de um campo bastante próximo de um santuário de pedra, que era altamente decorado tanto com cantaria intrincada como com materiais mais temporários, e que poderia ter amuletos pendurados. A estrutura fez-me pensar num *folly* inglês; parecia uma fachada, com apenas cerca de 2 pés (60 cm) de profundidade, com paredes laterais e um telhado de duas águas.

Quando chegou a altura de regressar ao presente, estava num estado de transe bastante profundo. No entanto, uma vez acordada, quis discutir tudo enquanto ainda estava fresco. Embora as sessões estivessem a ser gravadas, sabia por experiência anterior que era essencial discutir o que vira ou escrevê-lo bastante cedo, caso contrário muitos dos detalhes voltariam ao meu subconsciente para serem esquecidos. Isto era especialmente verdade para coisas vistas pela primeira vez ou sob hipnose muito profunda. E esta única primeira sessão produzira uma quantidade espantosa de novos detalhes.

Pelo facto de ser tão fácil ver as coisas sob hipnose, tive um ligeiro receio de que nem tudo pudesse ser real ou preciso, mas ao mesmo tempo estava perfeitamente certa de que Nadia era uma realidade, o meu eu futuro. O que eu não esperava era o meu tremendo sentimento de alívio. Talvez tivesse tido medo de que a vida simples que esperava encontrar pudesse também estar cheia de privações, mas não era esse o caso. Fiquei com uma sensação de um entusiasmo terrível pela vida e de prazer em cada pequena faceta do viver. Embora fosse uma existência bastante básica, não

havia sensação de carência. Mesmo o conhecimento de que a minha educação e oportunidades seriam limitadas neste futuro não diminuiu o meu puro deleite. Havia uma riqueza e um calor no companheirismo que permaneceram na minha consciência, iluminando o presente e, durante vários dias depois, senti-me muito relaxada e alegre.

Uma semana mais tarde, de volta à grande cadeira reclinável do Jim, vi-me a ouvir mais uma vez a sua orientação suave mas persistente, enquanto ela me conduzia aos reinos da minha mente subconsciente. A primeira paragem foi como Nadia aos vinte anos. Talvez porque estivesse cansada nesse dia, ou devido ao estado de espírito da época a que tínhamos chegado, falei pouco ao início.

Eu estava dentro de uma casa de um só piso; era bastante nova e havia indicações de que não estava totalmente concluída. Não tinha paredes divisórias e, embora a área total de habitação para a família fosse apenas de cerca de 10 por 20 pés (3 por 6 metros), parecia espaçosa e arejada. A sensação de espaço devia-se provavelmente, em parte, à escassez de mobiliário. Havia uma cama, um berço e alguns itens domésticos colocados contra uma parede. Eu estava a olhar por uma janela quadrada com cerca de 2 pés (60 cm) de largura, que tinha ombreiras de betão de acabamento tosco, pintadas de branco. No berço dormia uma menina, a primeira filha de Nadia. Era de manhã cedo e tudo estava calmo e imóvel.

Quando o Jim me questionou, achei difícil falar de forma coerente e respondi apenas com algumas palavras de cada vez. Disse-lhe que os homens da aldeia tinham ido cedo nessa manhã trabalhar num projeto relacionado com a água. Tinha consciência de que uma organização externa estava a utilizar mão de obra local para esquemas de desenvolvimento. Isto significava que havia trabalho bem pago, mas eu não tinha a certeza do que estavam a construir ou porquê. Concluí mais tarde que o projeto poderia ter sido uma central hidroelétrica.

Em seguida, foi-me pedido para identificar quaisquer edifícios de importância na cidade. Achei as lojas interessantes, mas apenas o templo e as repartições governamentais eram importantes. Parte das repartições eram usadas por americanos, que ali estavam com apoio governamental, mas entre a população local havia incerteza e um toque de apreensão sobre o que eles estavam a fazer.

Até certo ponto, isto devia-se à nossa preocupação natural perante a mudança iminente e à falta de familiaridade com estes estrangeiros que eram tão diferentes de nós. Assim que saí da hipnose, achei mais difícil identificar-me com a sensação de incerteza, mas ela parecia estar associada a uma cultura que se via a si própria como uma grande família.

Depois, o Jim pediu-me para olhar vinte anos à frente, quando a Nadia teria quarenta. Não havia nada ali. Experienciei uma espécie de choque. Por um breve período, senti-me como se estivesse a oscilar à beira de um precipício; depois, estava a ser puxada de volta para o presente e para a grande cadeira na qual o meu corpo imóvel repousava, separado da minha mente num limbo peculiar. Talvez o instante de choque ao perceber que a Nadia já não existia aos quarenta tivesse reativado os receios que tinham dominado grande parte da minha vida — o medo de morrer demasiado jovem e a ansiedade pela segurança dos meus filhos. O Jim pediu-me para recuar dez anos, mas, naquele momento, fui incapaz de o fazer ou de ver algo mais.

Durante algum tempo depois, fiquei bastante perturbada com isto.

Tinha ficado preocupada com o que poderia sentir se visse algo de desagradável no meu futuro através da hipnose. No entanto, no passado, já recebera avisos antecipados de tempos difíceis e conseguira continuar o dia-a-dia sem grandes preocupações. Isto ajudou-me a adquirir uma espécie de desapego emocional em relação à precognição, e não tardou muito até que fosse capaz de aplicar isto ao meu futuro como Nadia.

CAPÍTULO 9

A Busca por Nadia

Olhando para o Nepal

Na nossa terceira sessão, o Jim levou-me de volta à minha infância nesta vida, pedindo-me para relatar o meu primeiro dia de escola e, depois, para observar um evento ocorrido aos dez anos. Ambos acabaram por ser, inesperadamente, extremamente perturbadores. Não era, certamente, essa a intenção. O propósito do Jim era fazer-me olhar para eventos passados que fossem facilmente identificáveis como reais, uma vez que isto ajudaria a validar a realidade das minhas outras experiências sob hipnose.

Ao regressar a estas memórias, fui totalmente dominada por emoções intensas que não me incomodavam realmente desde que deixara a infância para trás. Tal é o efeito da hipnose que era como se eu estivesse lá, mais uma vez uma criança vulnerável, e fui incapaz de conter as lágrimas ao descrever acontecimentos que normalmente já não me perturbavam. Eu, como observadora, não conseguia anular as emoções; tudo o que podia fazer era recordar e ouvir a criança interior, falando de dores há muito passadas.

Não foi, de facto, o meu primeiro dia de escola que recordei, mas sim o dia em que perdi o autocarro escolar da manhã e tive de apanhar o segundo. A escola primária local ainda não tinha sido construída, por isso as crianças de cinco anos eram levadas de autocarro para uma escola antiga, de estilo vitoriano, na cidade a vários quilómetros de distância.

Era um arranjo temporário e senti que os professores estavam tão descontentes com ele como nós. Eu tinha pavor da minha professora e temia ser castigada por ter perdido o primeiro autocarro, por isso não é de estranhar que essa memória tenha vindo ao de cima. (Na verdade, não fui castigada pelo atraso, mas a minha professora ficou zangada com a minha timidez quando tentei explicar a razão da demora.)

O outro evento que revivi foi a altura em que o meu pai desmontou e destruiu o nosso trenó num acesso de fúria, porque eu pegara num pequeno pedaço de madeira que ele queria e o usara como assento. A minha própria raiva e frustração misturavam-se com o medo que era um acompanhamento regular da ira do meu pai durante a infância.

Por muito angustiantes que fossem estas memórias, o efeito final foi que, quando fui levada para a vida de Nadia aos vinte e cinco anos, achei muito mais fácil descrever o que lá estava sem que a incerteza recorrente do meu eu atual se interpusesse. As minhas inibições tinham sido removidas, afastando os fios de consciência que ocasionalmente agiam como censor e dificultavam a minha capacidade de comunicar. Desta vez, as minhas respostas foram menos rígidas e mais completas.

O Jim fez-me várias perguntas relacionadas com a distância da cidade a sudoeste da aldeia e com a frequência com que Nadia lá ia. Respondi que ficava a uma distância que se podia percorrer a pé, mas que era mais fácil chegar lá de autocarro. Isto significaria que estava a menos de 10 milhas

(16 km) de distância, muito provavelmente apenas a umas 4 (6 km). Cerca de uma vez por mês fazíamos viagens até lá, que frequentemente coincidiam com festivais religiosos — havia dois ou três festivais principais por ano e vários menores.

Na cidade havia um templo que tinha um telhado de duas águas de ângulo aberto e uma decoração ao longo do bordo frontal que era esculpida em pedra e consistia em muitas peças idênticas de três partes, um pouco como flores-de-lis, com topos esféricos. Situado no lado sul da rua principal, num ligeiro ângulo em relação à estrada, não era novo e é o edifício com maior probabilidade de ser encontrado na cidade hoje em dia. A maioria dos outros edifícios no centro eram lojas ou casas de um ou, ocasionalmente, dois pisos.

Quando questionada sobre o que comprava nas lojas, disse que a maioria vendia coisas de que não precisávamos (ou, mais provavelmente, que não podíamos pagar e, por isso, passávamos sem elas). Os produtos à venda eram principalmente de fabrico local e as pessoas que habitualmente os compravam eram "as pessoas que passam". Isto sugeria turistas, mas tive a forte sensação de que muito era vendido ao crescente número de trabalhadores americanos de projetos de desenvolvimento que estavam alojados nos novos edifícios governamentais na extremidade sudeste do centro da cidade.

O Jim perguntou se eu lia jornais e o que vinha nas notícias. Disse que havia jornais, mas que normalmente se descobria o que se passava falando com as pessoas. Senti que, de qualquer modo, havia pouca oportunidade para ler.

"Sobre o que é que as pessoas falam?" Havia dois tópicos importantes naquela altura. O primeiro era um impasse no local de trabalho fora da cidade, a oeste. "Estão a construir um muro para abrandar a água — há muita água ali. E estão a fabricar uma máquina, mas algumas peças não chegaram e os homens não têm nada para fazer." Continuava a parecer provável que se tratasse de uma central hidroelétrica. Era o principal projeto a ser desenvolvido com ajuda externa, embora eu tivesse a sensação de que outros projetos estavam em curso mais longe.

Quanto às notícias mundiais, eu tinha consciência de que a África Central passava por tempos turbulentos, mas o outro tema principal de

conversa era a China, o que, naturalmente, me preocupava mais. As notícias tinham algo a ver com poder e governos, mas havia um medo latente de que o que quer que estivesse a acontecer ameaçasse a nossa estabilidade. Com esta situação surgiu um sentimento de aceitação do grupo de desenvolvimento americano e da ajuda estrangeira que anteriormente não fora universal.

De repente, parecia reconfortante ter alguém de um país poderoso envolvido benevolentemente com o Nepal. Depois, questionei-me sobre isto. O vizinho Tibete fora, naturalmente, tomado pela China na década de 1950; Nadia falava a partir da década de 2060. Poderia a China ainda representar uma ameaça mais de cem anos depois?

Uma dificuldade com este tipo de questão era que os assuntos que interessavam a Nadia eram os mesmos que me interessam a mim, o que é o que eu esperaria, uma vez que acredito que somos o mesmo indivíduo. Do ponto de vista da investigação, porém, isto poderia ser problemático por vezes, uma vez que os nossos interesses não incluem habitualmente as notícias. Tenho tendência a descobrir o que se passa no mundo apenas se por acaso vir as notícias na televisão ao passar. Se alguém comprou um jornal, dou-lhe uma olhadela, e oiço debates na rádio quando conduzo, mas em casa sinto-me feliz por estar ocupada em silêncio.

Esta mesma abordagem casual, num país onde há muito menos acesso instantâneo a notícias, limitaria a perceção do mundo em geral. Sem televisão ou jornais, e com uma educação limitada, a maioria das pessoas teria pouca ideia do que se passava. Era exatamente assim como Nadia; a menos que alguém por acaso falasse de eventos mundiais ou mesmo locais, ela não teria ideia do que estava a acontecer. Infelizmente, isto limita as possibilidades de prever eventos futuros mais amplos. Eu já supunha antecipadamente que a maioria dos detalhes revelados através de perguntas sob hipnose seriam pessoais ou paroquiais, e era mais ou menos assim que as coisas estavam a correr.

Antes de deixar a cidade, foi-me pedido que recordasse o traçado das ruas e quaisquer nomes. O único nome que consegui ver foi "Dal mer" escrito numa placa na berma da rua principal e, claro, o meu conhecimento das estradas limitava-se às rotas por onde Nadia viajava.

Outra coisa que observei nesta sessão foi a facilidade com que uma mãe podia deixar os seus filhos ao cuidado dos pais ou sogros para poder viajar. Possivelmente existem pessoas que acham isto fácil nas comunidades ocidentais, mas aqui as famílias vivem muitas vezes a distâncias consideráveis, o que torna tais arranjos difíceis. Além disso, muitas mães ocidentais sentem-se bastante culpadas; veem o cuidado dos filhos como sua responsabilidade exclusiva e acham difícil deixar as crianças, mesmo com membros da família, sem se sentirem obrigadas a regressar a correr o mais depressa possível.

Os arranjos sociais neste futuro no Nepal (e muito provavelmente no Nepal atual) eram completamente diferentes. Uma criança não era responsabilidade total da mãe, nem mesmo de ambos os pais, mas podia ser cuidada com a mesma facilidade por qualquer membro da família; isto era facilitado pelo facto de as famílias viverem perto umas das outras. Esperava-se que as mulheres mais jovens trabalhassem nos campos, deixando as crianças com os parentes mais velhos, e a minha primeiríssima visão de Nadia fora a de uma criança acompanhada pela avó. Agora descrevi ao Jim como, aos vinte e cinco anos, tive de ir para os campos com outras mulheres porque tinha chovido muito e as ervas daninhas cresciam entre as plantações.

"Houve inundações?", perguntou a voz do Jim. "Não!", respondeu Nadia, num tom de voz de quem diz "não sejas tonto".

A aldeia fora construída numa colina, por isso o pior que a chuva podia fazer era arrastar terra ou pequenas pedras de zonas mais altas. Isto estragava os caminhos e a estrada de vez em quando, mas a chuva não era considerada um problema de maior. No geral, o tempo parecia ameno, embora houvesse mudanças sazonais. Mas, apesar da amena temperatura, parecia estar húmido grande parte do tempo.

O meu vestuário parecia de algodão e era bastante fino, um tecido com o peso de uma camisa, tendo alguns fios irregularidades ou sementes dentro da fibra, produzindo uma ligeira textura e irregularidade no tecido. Desta vez, fui capaz de dar uma melhor descrição da comida. Havia um pão pequeno, redondo e achatado, feito de cereais moídos, e um prato cozido de vários tipos de cereais e leguminosas que descrevi como sendo bom de comer. Ocasionalmente havia fruta, mas tendia a ser sazonal; uma fruta parecia um figo excessivamente grande.

Após esta sessão, estava determinada a lançar-me no desenho de um mapa da cidade e a tentar obter o máximo de detalhes possível em sessões futuras. Mas continuar, sabendo quão difícil ia ser provar o que quer que fosse, exigiu todas as minhas reservas de perseverança obstinada.

Na vez seguinte que nos encontrámos, o Jim tentou encorajar-me a apresentar dados úteis ou descritivos. A dificuldade era que, como Nadia, eu tinha uma atitude perante a vida tão descontraída que, embora estivesse a ver bastante, não me dava ao trabalho de responder às perguntas dele! Tive de lhe contar depois o que tinha visto.

Nesta ocasião, ele perguntou-me novamente sobre o que comprávamos, sobre os tipos de comida disponíveis e se tínhamos animais. A comida era consistentemente uma mistura de cereais e leguminosas, com pouca variação. Vi um pássaro pousado numa árvore próxima, com as penas de um preto iridescente que refletia verde e roxo à luz do sol; lembrava um mainá, com um chamamento agudo semelhante. Havia algumas galinhas pequenas ou galos de raça anã que poderiam ser semiselvagens, deambulando pela aldeia à procura de restos de cereais.

Também vi algumas crianças pequenas a jogar um jogo que consistia em atirar pedras para quadrados riscados na terra. Em seguida, regressámos ao dia do meu casamento. Ocupou o dia inteiro, desde o início de manhã cedo, quase ao romper da aurora, quando as pessoas da aldeia se reuniram em torno de uma carroça puxada por um pónei ou burro e caminharam até à cidade. Foi um processo lento, pois era uma distância considerável.

Tive consciência de vários padres ou monges na cidade; alguns usavam túnicas pálidas, mas aqueles que Nadia considerava mais importantes vestiam uma cor escura. Tive alguma dificuldade em descrever tudo, pois a minha mente também captava imagens de outras cerimónias na vida de Nadia, tornando difícil distinguir quais os detalhes relevantes e quais estavam sobrepostos de outras memórias, tanto de Nadia como de outros casamentos em outros tempos. Tivera o mesmo problema ao tentar recordar o casamento de Mary Sutton na Irlanda.

Entretanto, pequenos lampejos da vida de Nadia surgiam-me frequentemente sem hipnose nem meditação deliberada, e esta possível vida futura começou a ganhar uma dimensão mais completa à medida que mais fragmentos eram adicionados ao quadro. Havia uma cena em

particular que recorria com frequência, em que me via continuamente a focar-me nuns determinados momentos de um dia específico; era como se esses poucos momentos me puxassem de volta repetidamente.

Eu estava em casa, a olhar pela janela, sem fazer nada, apenas a olhar e, de algum modo, à espera. A minha primeira filha estava no berço; não havia mais ninguém em casa. Várias partes do edifício ainda não estavam totalmente concluídas, mas isso não era demasiado importante.

Conseguia visualizar a parede interior tão vividamente por vezes que a textura irregular da pedra sem reboco ficou fixada na minha consciência. Havia apenas uma janela na longa parede traseira, que dava para noroeste, em direção à estrada, e mais um par na parede oposta, onde ficava a porta. Encostada a uma parede estava uma espécie de foice, o que sugeria que pelo menos um tipo de colheita tinha de ser cortado à mão. Ali parada, olhando para a aldeia, conseguia ver o terreno descer abruptamente em direção à estrada. Várias árvores pequenas cresciam nas encostas íngremes e rochosas entre os diferentes níveis de casas e, ao longe, via-se uma floresta. Olhando pela janela à minha direita, conseguia ver muitos quilómetros de terreno aberto e ondulante; lá longe, os outeiros transformavam-se em montanhas e os bosques distantes pareciam escuros contra a terra.

Esta casa ficava um nível acima na encosta em relação à casa dos pais, que se situava a uma curta distância para sul. Enquanto essa primeira casa estava abrigada contra a encosta e a vista era limitada pela sua posição próxima de uma garganta arborizada, a casa mais nova parecia alta e exposta. Acima dela, a encosta tornava-se demasiado íngreme para que pudessem ser erigidos mais edifícios.

O que parecia significativo nesta cena era o estado de espírito de Nadia: eu tinha consciência de um sentimento calmo, meditativo, quase resignado. Era também o tipo de estado que eu reconhecia como propício a experiências psíquicas ou espirituais. Talvez fosse por isso que eu continuava a tocar neste espaço temporal, experienciando este minúsculo momento através do tempo e através de duas vidas.

Quando me senti como Nadia pela primeira vez, foi a qualidade da experiência, a intensidade, que a fixou na minha consciência como algo de significativo. Mas sob hipnose, que auxiliava o acesso ao subconsciente, eu

não tinha um sentido real de estranheza; parecia apenas recordar e falar sobre algo tão comum como um dia de escola na infância. Entre sessões, não conseguia deixar de pensar na incongruência desta aventura totalmente invulgar, que parecia perfeitamente natural enquanto a vivia.

Tal como na altura em que usei a hipnose para recordar mais sobre a vida como Mary, tive alguns sentimentos de incerteza e questionava constantemente os detalhes que emergiam. Mais tarde, li outros casos de regressão e progressão hipnótica e cheguei à conclusão de que esta é uma resposta comum. É apenas quando os detalhes podem ser verificados que é possível aceitar a realidade do que é visto sob hipnose, e isso não ia ser fácil. Não havia forma de eu provar objetivamente que as minhas visões eram de uma vida futura real. Mas podia descobrir o que conseguisse sobre o Nepal, incluindo tentar localizar o local exato da casa da aldeia de Nadia.

Não iniciei esta investigação senão depois de ter concluído a minha série de sessões de hipnose. Através de Alf e Teresa, amigos do Steve que têm amigos tanto na Índia como no Nepal, consegui encomendar um mapa de grande escala que cobria a extremidade leste do país. Aguardei a sua chegada ansiosamente, esperando que me permitisse reconhecer a aldeia. Fui avisada, no entanto, de que esta é uma das partes menos visitadas do Nepal e os mapas da zona mostram frequentemente muito poucos detalhes.

Em meados de março de 1994, o mapa chegou. Quando o fomos buscar, mencionei aos nossos amigos as moedas que vira; mais tarde, o Alf conseguiu encontrar algumas moedas muito parecidas com elas. Também lhe perguntei sobre os amuletos pendurados no santuário da aldeia de Nadia e na cidade; ele disse-me que esse era um costume hindu.

O mapa, que eu queria ver desde que sentira a Nadia pela primeira vez vários anos antes, continha um grau surpreendente de informação. Estava a tentar fazer duas coisas, praticamente ao mesmo tempo. Uma era usar a minha intuição para ver qual a área que me atraía com mais força; a outra era procurar um vale longo e razoavelmente estreito, limitado de um lado por uma crista íngreme de outeiros e do outro por um rio, com terreno plano suficiente para o campo grande que eu sabia estar lá. Haveria uma estrada ou trilho a subir o vale em direção a uma cidade — aquela que visitávamos. A cidade em si estaria muito próxima do rio, que se curvava em torno dela; teria de haver pelo menos quatro rotas a sair dela, a principal vinda do sul, provavelmente de Dhankuta.

Olhando para a questão de um ponto de vista puramente lógico, tracei a estrada de Dhankuta para norte até Hille, uma cidade que parecia preencher a maioria dos critérios, mas que de algum modo não parecia correta. Por isso, durante algum tempo, deixei de lado a lógica; usando a minha intuição, fui atraída para uma parte do mapa que mostrava um vale longo que corria em direção a uma cordilheira, a Milke Danda, com um afluente do rio Arun de um lado de um trilho e uma crista de outeiros do outro. Na extremidade inferior do vale ficava uma pequena cidade chamada Kokuwa, que tinha quatro trilhos a chegar a ela, sendo que o do sul levava eventualmente a Dhankuta, e uma curva de rio perto dela.

O vale em si tinha cerca de 5 a 6 km de largura e quase 32 km de comprimento. A meio caminho do vale, no trilho vindo de Kokuwa, encontrava-se uma pequena cidade chamada **Chainpur**, que mais tarde ouvi ser mencionada como uma cidade de montanha **Newar**. Aprendi que os Newares são um antigo grupo étnico que constitui três quartos da população da capital, Catmandu. A sua arquitetura é de estilo pagode, com beirais salientes nas casas e telhados de templos angulares. A sua religião é uma síntese de Hinduísmo e Budismo, o que se ajustava perfeitamente às experiências de Nadia.

A cerca de cinco quilómetros a nordeste, ao longo do trilho vindo de Kokuwa, havia um pico que parecia ser o correto para a colina atrás da pequena aldeia de Nadia; a aldeia em si seria provavelmente pequena demais para estar marcada em qualquer mapa. A altitude do vale não foi registada, mas o pico mais próximo cuja altura estava indicada era de **2777 m**.

Mais tarde, soube que aos **2130 m** o clima faz a transição de subtropical para temperado, o que se ajustaria às condições climáticas que eu esperava. Atualmente, a estrada propriamente dita só vai até Dhankuta, com uma extensão para Hille marcada como tendo partes com superfície asfáltica. Todos os pontos a norte são estradas de terra batida ou trilhos.

A estrada que vi passar pela aldeia de Nadia ainda não tinha pavimento dali a cinquenta ou sessenta anos, embora tivesse algum trânsito. O rio estava suficientemente perto de Kokuwa para estar correto; eu vira os homens saírem pela estrada principal para trabalhar no projeto da barragem. A estrada principal seria provavelmente a rota de Dhankuta para Tumlingtar.

Voltando ao mapa que desenhara primeiro da aldeia de Nadia (cuja cópia enviara para os editores vários meses antes de adquirir o mapa do Nepal), pus-me a comparar o meu esboço com este vale e a verificar se algum outro vale poderia ser suficientemente semelhante para causar confusão. Após um exame muito cuidadoso, tive a certeza de que Kokuwa, além de parecer intuitivamente correto, era o único local no mapa de grande escala que possuía todas as características necessárias para a cidade vizinha, incluindo as estradas e uma curva do rio. Havia uma probabilidade muito grande de Kokuwa ser a cidade visitada por Nadia.

Também quis verificar a informação sobre o Nepal e a vida de Nadia que vira tanto sob hipnose como ao longo dos anos anteriores, incluindo as aves locais, a comida, a arquitetura, os costumes e assim por diante. Ao consultar um dicionário, esperando que este indicasse a distribuição dos mainás (o que não aconteceu), lembrei-me de procurar "**dal**" para ver se significava alguma coisa em inglês.

Dizia: "um grão partido, um alimento comum na Índia", também escrito como "dhal" e "daal". Que tolice a minha, pensei — o que eu tomara por um nome de estrada podia não ser mais do que um sinal de um café! O Steve salientou que era possível que as estradas nem tivessem nomes e, após mais pesquisa, descobri que era de facto o caso; muito poucas estradas nepalesas têm nome e as casas não são numeradas. Mais tarde, soube ainda que "**daal**" é a grafia habitual em nepalês; o significado de "**mer**" era menos certo.

Ainda a consultar livros de referência, descobri que existem mais de oitocentas espécies de aves no Nepal e que os mainás, tal como os corvos e as pegas, tendem a procurar alimento em áreas onde vivem pessoas. Existe também uma ave da selva que se assemelha a um frango pequeno e desarrumado, o que é bastante próximo das aves parecidas com galos anões que eu vira.

As florestas e a vegetação são mais luxuriantes no leste do Nepal, onde também há chuvas mais intensas, o que condiz com a minha imagem da lama a ser arrastada pelas encostas. Também verifiquei as temperaturas locais e descobri que podiam ser muito confortáveis, sem extremos de calor ou frio.

Eu descrevera os turistas como americanos — na verdade, referia-me a qualquer pessoa que não fosse nepalesa ou indiana como americana. A palavra nepalesa para estrangeiro é **ideshi**, mas aprendi que muitos nepaleses hoje em dia rotulam todos os estrangeiros como Aamerikan, independentemente da sua nacionalidade. Isto significa que as pessoas que organizam projetos utilizando mão de obra local podem não ser necessariamente americanas. Atualmente, a maior parte do trabalho de desenvolvimento no Nepal é realizado por empresas britânicas, e esta situação poderá manter-se daqui a sessenta anos.

Também parece perfeitamente razoável que o projeto principal seja um esquema hidroelétrico; alguns já estão em curso no Nepal, onde a pluviosidade e o terreno montanhoso se prestam a este tipo de desenvolvimento. Este projeto poderia estar a utilizar um afluente do rio Arun; descobri que existe um projeto em curso neste rio neste exato momento que levou à construção de novas estradas na área. Por isso, talvez a estrada que passa pela aldeia de Nadia seja concluída em breve, se já não estiver lá.

Fiquei surpreendida ao descobrir quantas cidades já têm fornecimento de eletricidade. Isto levou-me de volta ao meu conceito original de a aldeia de Nadia ser um lugar isolado, pois tinha a certeza de que não tinha energia elétrica. Não havia sinal de aparelhos elétricos ou mesmo de iluminação, e à noite estava muito escuro dentro de casa. Havia a possibilidade, contudo, de a cidade ter eletricidade, particularmente nos escritórios usados pelos trabalhadores do desenvolvimento e naquilo que tomei por um banco no centro da cidade.

Embora soubesse muito pouco sobre o Nepal antes de embarcar em toda esta pesquisa, sabia, como a maioria das pessoas, que é montanhoso, e os críticos poderiam acusar-me de adivinhar que haveria projetos hidroelétricos em construção. No entanto, quando vi e descrevi o desenvolvimento sob hipnose, foi sem controlo consciente, e as minhas tentativas de descrever o que vi usaram termos vagos como "um muro para abrandar a água" em vez de "barragem".

Embora não possa ganhar muitos pontos por estar certa sobre o Nepal ser montanhoso, fiquei bastante satisfeita com os resultados de uma investigação intensiva sobre os tipos de solo locais. Eu mencionara um solo avermelhado e coeso, que descrevera como um lodo arenoso. Foi uma das

primeiras coisas que me impressionou quando tomei consciência da Nadia originalmente. Descobri, no entanto, que os tipos de rocha locais incluem granito e, mais comummente, xisto, gnaisse, calcário e dolomite, nenhum dos quais é vermelho.

Tentar encontrar uma explicação para o solo avermelhado que vira levou-me a uma pesquisa aprofundada sobre geologia e formações rochosas com a ajuda do meu padrasto, que possui conhecimentos consideráveis de geologia. Acabei por descobrir que o solo avermelhado poderia perfeitamente existir nesta região, sendo causado por depósitos de ferro em torno de intrusões de granito.

Um mapa geológico da área, se existisse, poderia provavelmente ajudar a localizar a aldeia real. Um mapa de depósitos superficiais mostraria o tipo de rocha de superfície e um mapa estratigráfico mostraria as falhas subjacentes, o que seria útil para localizar depósitos de ferro.

Muito mais tarde, uma produtora de televisão disse-me que o solo vermelho é bastante comum em partes do Nepal. Ela tinha feito visitas ao país, infelizmente não a nenhuma cidade de montanha Newar, mas ao norte e oeste desta área. Mostrei-lhe um esboço que fizera do templo, detalhando o trabalho de volutas em estilo flor-de-lis no rebordo do telhado, e fiquei tranquilizada quando ela me disse que era uma decoração local bastante típica.

Passando a questões mais domésticas, a minha referência a figos revelou-se apropriada. Cada aldeia de montanha tem um chautaara, uma espécie de lugar de descanso com significado religioso. Inclui uma plataforma ladeada por duas árvores sagradas, uma pipal e uma bar, ambas espécies de figueira. Pequenos monumentos e santuários do tipo que vi na aldeia e no meio da estrada na cidade chamam-se chaitya, e são comuns em todo o Nepal.

A dieta hoje consiste principalmente em sopa de lentilhas, arroz e vegetais com caril. Eu mencionara várias vezes comer uma mistura de cereais e leguminosas; isto poderia dever-se ao facto de as mulheres nepalesas terminarem habitualmente os restos depois de os homens terem comido, altura em que a comida provavelmente já foi misturada. Existem vários tipos de pão, incluindo o chapati, um pão redondo, achatado e ázimo; o pão tibetano, que também é achatado e redondo; e uma panqueca

de batata. Qualquer um destes poderia ser o pão que descrevi, embora o pão tibetano pareça o mais provável.

Os autocarros no Nepal hoje — como em muitos países em desenvolvimento — são muitas vezes velhos e mal mantidos e circulam sem horário fixo, tal como eu os descrevera, o que sugere poucas melhorias nos próximos cinquenta anos ou mais! Eu descrevera o motorista do camião que recolhia o excedente de cereais como indiano. Descobri agora que muitos negócios são geridos por indianos, que são possivelmente mais motivados do que os nepaleses a trabalhar para obter ganhos financeiros.

Quanto ao equipamento fotográfico, tentei encontrar uma marca que pudesse justificar as letras "Nic" na câmara usada para fotografar a Nadia e as amigas. Apenas a Nikon se aproximava, mas eu sentira que as letras estavam isoladas e não faziam parte de uma palavra. Não consegui encontrar nenhuma outra empresa com nome adequado que pudesse vir a fabricar câmaras.

Também investiguei as religiões da área e descobri que tanto o Hinduísmo como o Budismo são praticados no Nepal, assim como pelos Newares, que bebem de ambos e que se encontram na região do leste dos Himalaias ou perto dela, onde eu localizara a aldeia de Nadia. De facto, como já descobrira, a cidade perto de onde senti que a aldeia ficava é descrita como uma cidade de montanha Newar. Isto explicaria os amuletos pendurados nos santuários ao estilo hindu e o facto de parecer haver dois tipos de homens santos. Eu dissera que os padres vestidos com túnicas escuras eram mais importantes para Nadia do que os de cores claras. Descobri agora que os monges budistas usam bordeaux, enquanto os sacerdotes hindus usam amarelo-açafrão.

A soma total de pequenas mas significativas exatidões deu-me, finalmente, esperança de que havia detalhes suficientes na minha visão para ter confiança para falar sobre ela a outros. Nunca tivera qualquer dúvida real de que estava a ver uma vida futura que se tornará realidade, mas era-me necessário fundamentar isto tanto quanto possível com factos.

Acima de tudo, porém, era a atmosfera, a qualidade da vida, que tornava a experiência totalmente real para mim — muito mais do que quaisquer detalhes objetivos, por mais importantes que estes sejam. Desde o meu primeiro vislumbre dessa existência futura, sentira-me

particularmente intrigada pelas fortes diferenças de atitudes sociais entre a vida nepalesa e a vida no Ocidente. A atitude geral de fatalismo, modéstia e dignidade de que estava tão ciente é consistente com os escritos sobre o Nepal contemporâneo.

Na minha vida atual, tendo a ser muito ativa: se tenho um momento de ócio, logo encontro ou invento algo para fazer. Na vida de Nadia, embora houvesse bastante trabalho, tudo era feito de forma suave e relaxada. A parte "sempre ocupada" de mim já não parecia estar lá. Isto devia-se em parte ao sentido de pertencer a uma família alargada, cujos membros todos partilhavam as responsabilidades; as pessoas ao redor estavam todas satisfeitas e equilibradas. Por isso, embora a vida de Nadia venha a ser curta, anseio por ela quase como se fosse umas férias.

A esperança de vida no Nepal é atualmente de apenas cinquenta e quatro anos para os homens e cinquenta e um para as mulheres. Na maioria dos países, as mulheres vivem mais tempo que os homens; as mulheres nepalesas podem ter uma esperança de vida mais curta porque fazem a maior parte do trabalho pesado e são sempre as últimas a comer. Mas, como Nadia, não tive sensação de privação física.

Mesmo após ler atentamente relatos sobre doenças locais e precauções de saúde recomendadas aos turistas, continuo a sentir um sentido de aventura e entusiasmo perante a perspetiva de me tornar parte de uma sociedade tão radicalmente diferente, mesmo que apenas por algum tempo. Qualquer vida é muito curta, afinal, e as coisas que realmente importam no fim não são necessariamente os valores materiais, mas as nossas relações e uma alegria simples em viver.

Normalmente, embora o Jim me guiasse ao passado, não fazia absolutamente nenhuma sugestão quanto ao que eu deveria ver, e as suas perguntas eram sempre abertas. Mas houve uma sessão em que ele decidiu abordar a nossa experiência de forma um pouco diferente — e os resultados também foram bastante distintos.

Após o toque no meu ombro, o Jim falou comigo para relaxar durante mais tempo do que o habitual, pedindo-me para imaginar o meu corpo a ficar pesado e para entrar profundamente na parte subconsciente da minha mente. Senti-me como se estivesse a flutuar no espaço, imóvel num vazio intemporal e em completa paz. Depois, o Jim pediu-me para imaginar umas

escadas à minha frente. No fundo das escadas, disse-me ele, eu veria um corredor infinitamente longo ladeado por muitas, muitas portas; atrás de cada porta estava uma memória diferente armazenada no subconsciente em qualquer ponto do tempo.

Passo a passo, contando de um a dez, desci as escadas e vi o corredor, que era interminável. Quando comecei a avançar pelas primeiras portas, o ar à minha volta parecia ter uma textura pesada. O Jim instruiu: "Procura uma porta interessante, mas não pares na primeira, nem na segunda. Continua até haver uma porta que pareça especial." Passei então por uma porta vermelha, que foi a primeira a atrair-me, depois por uma azul, e continuei a avançar até chegar a uma porta de um amarelo dourado; a luz parecia transbordar pelas frestas. Foi esta que abri.

Primeiro, houve apenas uma luz brilhante. Depois vi uma árvore debaixo da qual estava sentado um homem velho com a cabeça curvada em contemplação. À medida que comecei a reconhecer onde estava, a árvore tornou-se agora luz pura. Soube que estava num estado entre vidas. O homem era um velho amigo; o seu nome era Ram. Sem falar ou gesticular, deu-me as boas-vindas.

À medida que descrevia ao Jim o que se estava a passar, a minha voz abrandou, exprimindo a atmosfera de calma que me rodeava. — Eu conheço este lugar... está tudo bem. — O que é que está tudo bem? — Tudo, é bom, nada importa agora. — Já estiveste aqui antes? — Muitas vezes... sempre. — Estás de pé no chão? — Não.

Banhada na luz e em completa paz, deixei que a alegria me envolvesse. Este, disse eu ao Jim, era um lugar de cura após a vida. — É aqui que vais entre as vidas? — Sim.

Teria ficado contente por permanecer naquele lugar durante muito mais tempo, mas o Jim pediu-me para ver a porta. Ele instruiu: — Volta agora pela porta e entra no corredor. Quero que encontres uma porta que tenha uma memória triste atrás dela.

Encontrei a porta, mas não queria realmente abri-la. No minuto em que entrei, soube onde estava e o que tinha acontecido. Eu era a Nadia com cerca de vinte e um anos e nos meus braços embalava o corpinho flácido e sem vida de uma menina linda, a minha filha. Chorei; a pessoa na cadeira do hipnotizador tinha lágrimas a correr pelas faces, enquanto Nadia e eu

chorávamos juntas. Houvera algum tipo de doença, expliquei ao Jim. — E o médico veio? — Não, não veio nenhum médico.

A criança era tão linda; abracei-a e acariciei-lhe o rosto. — Tens uma crença, sabes que ela irá para algum lugar onde será feliz? — Sim, eu sei disso.

Fui levada de volta pela porta. Como Nadia, eu descrevera o meu primeiro filho como sendo uma filha, enquanto numa idade mais avançada nos campos eu vira apenas um filho. Embora tivesse assumido que algumas crianças teriam sido deixadas com um parente enquanto a Nadia trabalhava nos campos, a perda da filha encaixava neste quadro. Perguntei-me agora se seria por isso que eu via repetidamente aqueles mesmos momentos na casa com a menina no berço. Talvez pelo facto de eu conseguir ver isto no meu presente e, presumivelmente, recordá-lo na vida futura como Nadia, ainda que apenas vagamente, isto pudesse explicar a resignação que sentia como Nadia, como se a algum nível ela soubesse e aceitasse o que se seguiria.

Esta experiência recordou-me imenso uma outra ocasião sob hipnose em que tomei consciência da morte de uma criança, durante a minha vida como Mary. Nessa altura, recordara um bebé que morreu ao nascer, e soube que isso acontecera apenas cerca de um ano antes da morte de Mary após o parto. Todo esse episódio eu só o recordara com o auxílio da hipnose, mas fora mais tarde confirmado como um facto absoluto. Não havia razão para pensar que o episódio futuro como Nadia com uma criança a morrer, também visto sob hipnose, fosse menos real. Parecia igualmente real; a profundidade da emoção era a mesma, o que dificilmente surpreende, uma vez que, para mim, somos as três a mesma pessoa em diferentes encarnações.

Embora como Nadia eu tivesse segurado uma criança morta nos braços e sentido o pesar por essa perda, curiosamente não parecia haver dor residual quando acordei do estado hipnotizado. Não era por me estar a começar a faltar emoção, ou sequer por estar a excluir coisas que não queria enfrentar. Tinha algo a ver com uma mudança subtil de atitude, que pode em parte ter estado ligada ao facto de ser mais fácil enfrentar dificuldades se tivermos alguma expetativa do que teremos de suportar.

Mas havia algo mais: isto, senti eu, tinha a ver com a minha visita ao estado entre vidas. Este estado estivera na minha mente durante algum tempo antes desta sessão. Tivera lampejos de consciência da existência como sendo mais do que apenas a vida num corpo físico. Agora, ao recordar aquela incrível luz radiante e a calma envolvente, percebi que toda a experiência é transitória.

Não tinha atribuído conscientemente esta visão entre vidas a um ponto específico no tempo, mas depois percebi que estivera a experienciar os primeiros momentos após a morte de Nadia. Havia dois aspetos da experiência que seriam particularmente significativos para Nadia. Primeiro, Buda sentou-se debaixo de uma árvore quando alcançou a iluminação; segundo, Ram é o nome dado à forma mortal de Vishnu ("aquele que trabalha em todo o lado"), um dos deuses da trindade hindu. Esta combinação de simbolismo budista e hindu estaria em conformidade com a religião de Nadia.

Não posso provar que viverei como Nadia em meados do próximo século. A minha própria certeza baseia-se em parte no facto de muito do que vi e recordei sob hipnose ou em sonhos ou visões se ter revelado preciso, e em parte na qualidade emocional da experiência. Tenho de aceitar que muitos dos detalhes não podem ser confirmados até que Nadia entre na existência física, mas também tenho de aceitar que Nadia é o meu futuro. Sinto que um dia, na década de 2050, virá um visitante ao leste dos Himalaias, que passará por uma aldeia onde vive uma rapariga insignificante chamada Nadia, e que tirará uma fotografia dela e das suas irmãs a rir ao sol junto ao campo maior.

CAPÍTULO 10

Viver no Futuro

A vida no século XXIII

Ao longo dos anos, e particularmente na adolescência, tive várias visões breves do futuro distante. Geralmente eram imagens fragmentadas, vistas em lampejos quase subliminares que me deixavam com uma sensação em vez de um quadro completo. Algumas estavam ligadas à minha família; numa ocasião vi os meus netos.

Mas a maioria não tinha qualquer ligação e era difícil de situar no tempo. Como estas visões eram frequentemente confusas, era difícil selecionar detalhes que pudessem ser úteis. No entanto, de algum modo eu sabia que pertenciam ao futuro distante, e a única característica consistente que me dava um real motivo de preocupação era a falta de população, tanto humana como animal.

A mais vívida e duradoura destas visões foi a ocasião em que vi o passado e o futuro em relação à cabana de Peter Harris. Como muito do que eu vira nessa altura já se realizara, havia uma boa probabilidade de o resto da visão ser também preciso, incluindo a falta de população. Foi depois disto que os meus outros lampejos futuros começaram a encaixar-se como as peças de um puzzle. Isto aumentou o meu interesse em explorar o futuro distante e, talvez, encontrar uma possível explicação para esse mundo curiosamente vazio.

Como a maioria das minhas visões futuras, para além da Nadia, tinham sido do mundo ocidental, a queda na população poderia ser um fenómeno ocidental. Considerando isto, senti que poderia estar associada ao nosso estilo de vida — por exemplo, aos efeitos dos aditivos artificiais na produção de alimentos. Poderia também dever-se ao controlo deliberado da população, mas isto não explicaria a redução no número de animais. Parecia muito mais provável que fatores ambientais mais generalizados fossem os responsáveis.

Durante as minhas visitas à vida de Nadia sob hipnose, o Jim movia a minha consciência no tempo, e surgiam pequenas cenas que pareciam ligadas a outras possíveis vidas futuras. Ao usar a progressão hipnótica, era quase inevitável que nem tudo o que eu via ficasse confinado ao futuro no Nepal. Eu tinha muita consciência de que a precognição e a progressão não deveriam ser aceites como um futuro real sem algumas provas fortes, mas sentia-me intrigada pelos detalhes que emergiam lentamente.

Durante a minha última sessão de hipnose, o Jim levou-me por uma espécie de processo de recapitulação, fazendo-me saltar por todos os períodos temporais que visitara em sessões anteriores, tanto passados como futuros, para verificar se eram consistentes. Pediu-me também para olhar para um período além do fim da vida de Nadia, e aqui foi-me dado um vislumbre muito breve de um acontecimento bastante angustiante. O tempo era algures por volta de 2150 e eu estava na Europa continental, possivelmente na Polónia.

Eu estava a embalar a cabeça do meu marido e a confortá-lo enquanto ele morria, provavelmente de causas naturais, mas com apenas cerca de cinquenta anos. Havia sinais de pobreza e privação nas nossas roupas e postura, e uma sensação de stress e resignação que ia além do luto natural do momento.

Não parecia estarmos numa situação de guerra, mas era claro que a vida era difícil. Os únicos sentimentos positivos eram a vontade de sobreviver e o meu amor pelo meu marido, que senti ser a mesma pessoa que o meu marido atual. Este foi o pior período que vi em qualquer uma das minhas visões futuras, com ou sem hipnose, e tenho a sensação de que este pode ser um ponto geralmente baixo — talvez o mais baixo — na nossa história futura. As vidas que viriam depois dele foram muito mais positivas.

Quando o Jim me pediu para explorar o corredor com a sua infinidade de portas, cheguei a uma ou duas que não tinham ligação com a vida de Nadia. Foi atrás de uma dessas portas que encontrei a cena com Gwen, a jovem do século XII descrita no Capítulo 4. Outra porta pela qual fui atraída era feita de madeira texturada, e abri-a para me encontrar a tocar na casca espessa e fendida de uma árvore enorme. O meu primeiro comentário foi sobre a espessura e a esponjosidade da casca.

Eu era uma mulher solteira e atarracada; dei a minha idade como "do lado errado dos trinta" e o meu nome, hesitante como sempre, como Janice Thorpe. Estava a estudar a árvore e a tirar notas sobre ela. — Qual é a data? De forma pouco prestável, respondi: — Dia 16. Depois, após mais insistência: — Junho. Perguntada sobre o ano, disse: — 28, e depois, finalmente, 2228.

O facto era que eu não estava realmente interessada em falar ou responder a perguntas — tinha trabalho para fazer. O meu trabalho consistia em tirar uma amostra do núcleo desta bela árvore gigante, que seria passada a outra pessoa para estudar os seus possíveis usos médicos ou outros. — Pode até haver usos têxteis — disse eu ao Jim —, porque esta casca é realmente muito fibrosa. É como uma cortiça, mas não é cortiça verdadeira.

Prossegui e tirei uma amostra minúscula, usando uma ferramenta do tipo seringa. Depois, acondicionei cuidadosamente a amostra num recipiente numerado e, em seguida, num saco de campo quadrangular que rotulei. Estava a fazer trabalho de campo na América do Sul, com algumas outras pessoas. Estávamos alojados em tendas, para manter os custos baixos. Tínhamos de ter algum cuidado com os insetos, mas já não havia grandes animais na zona.

Eu era baixa e gordinha, vestida com um casaco ligeiramente cintado, quase de estilo safari, e uma saia curta que não era nada confortável nas zonas mais amplas da minha anatomia. Não era um fardamento mas, de forma algo incongruente, era usado por escolha. Os meus sapatos eram rasos e confortáveis, mas de um tecido macio que não era nada prático para caminhar fora de estrada. O saco de campo que eu transportava era revestido de um tecido verde-militar. Parecia ser a ideia de uma rapariga da cidade sobre o que vestir numa expedição.

Eu gostava desta parte do meu trabalho; em casa fazia trabalho de laboratório. Descrevi-me como tendo tido uma educação normal; era técnica, o meu trabalho "não era especial". A minha sede era em Jersey, EUA; a empresa para a qual trabalhava era a Unichem. Esta fora a viagem mais longa que fizera para eles. — Levaram-te de avião? — perguntou o Jim. — Não puderam. Tivemos de vir de camião, um caminho interminável, desde um porto no Brasil. Tive uma vaga impressão de viajar de navio, numa rota normal de passageiros.

O Jim perguntou sobre as estradas e se havia muita vegetação, uma vez que, em tempos, tinham andado a destruir grande parte da floresta. — Não podem tocar neste talhão — disse-lhe eu. Se encontrássemos um uso para as árvores, haveria exploração florestal a longo prazo. A árvore para a qual eu estava a olhar era muito velha; não aproveitariam árvores velhas, mas usariam sementes e árvores jovens se a estrutura química fosse a correta. Podiam produzir-se químicos sintéticos, mas não eram tão bons, devido aos seus subprodutos.

O combustível que alimentava o camião era um tipo de álcool fermentado. Alguns países ainda usavam gasolina, mas "não é uma boa ideia". Em casa havia regras muito rígidas sobre o transporte. O transporte privado era restrito, o que não parecia incomodar-me. Vivia não muito longe da zona industrial onde trabalhava habitualmente e não viajava muito, embora fosse passar as minhas férias com os meus pais, que viviam um pouco mais longe; era muito apegada a eles.

A minha casa estava incluída como parte do meu salário. Conseguia ver a zona onde vivia, que era bastante pouco atraente e muito semelhante às zonas mais antigas de qualquer centro urbano atual. Esta foi a minha única visão futura em que o declínio populacional não era óbvio, embora houvesse vários edifícios vazios. O Jim perguntou se havia muito crime — se as pessoas eram assassinadas ou roubadas, como acontece em centros urbanos sobrepovoados. — Não, não. — Pareci ligeiramente surpreendida. Questionada mais detalhadamente, disse: — Não é apinhado. Não sabia quais eram os números da população, embora pensasse que fosse bastante estável. A maior parte da população americana vivia ao longo das costas, enquanto o centro estava bastante vazio.

A maioria das pessoas trabalhava; havia muito trabalho a fazer, disse eu. No meu tempo livre, o centro comercial coberto perto da minha zona de residência era o meu lugar favorito, cheio de barulho e atividade. Consegui vê-lo e descrevê-lo. Não parecia especialmente apinhado e estava construído sobre uma área grande e em vários níveis. Gostava de ver montras, "olhando para os ecrãs". Os anúncios que preenchiam todos os espaços disponíveis eram imagens em movimento ou vídeo, em vez de estáticas; complementavam e frequentemente substituíam as exposições das montras, pelo que não havia necessidade de andar pelas lojas.

Outros detalhes eram consistentes com as minhas visões anteriores do futuro. O ar estava limpo, relatou Janice, mas o mar estava poluído e não podia ser usado como fonte de alimento. Já ninguém tinha permissão para bombear nada para os oceanos, mas ao longo dos anos houvera uma acumulação tóxica geral que se espalhara por todos os oceanos, à medida que químicos solúveis na água, que levariam muito tempo a decompor-se, tinham sido transportados da terra.

O Jim perguntou se eu sabia qual fora a descoberta ou invenção científica mais importante dos últimos cem anos. Tudo o que me veio à mente foi um feixe de luz usado para diagnóstico em hospitais e análise laboratorial, aparentemente uma extensão da tecnologia laser. Parecia funcionar através da medição das interrupções da luz à medida que o feixe passava pelos tecidos vivos, revelando anomalias devido a mudanças de frequência. O feixe também era usado em amostras de núcleo de plantas, como primeira fase de análise.

Também no campo da medicina, havia um tratamento sónico para dissolver coágulos sanguíneos, embora "se fores monitorizado, não devias ter coágulos sanguíneos". A esperança média de vida, pensava Janice, rondava os oitenta e poucos anos. — E o cancro? — Isso é uma doença de poluição, não é? Podes tratá-lo — é apenas desagradável. É causado por qualquer coisa que perturbe a função normal da célula. Questionada mais sobre a poluição, Janice disse que o ar estava bem. — As plantas são muito boas a limpar o ar, se as deixares trabalhar. O ar não é um grande problema — está sobretudo na água e na cadeia alimentar.

Dois meses depois desta sessão, encontrei uma referência a estudos sobre o cancro na Grã-Bretanha e na América que concluíam que, apesar dos avanços na medicina, houve um aumento constante das mortes por cancro nos últimos trinta anos.

A vida seguinte cronologicamente foi a de outra americana, Sheryl Vaughn. Ela surgiu de facto nas nossas sessões antes da Janice, e voltámos a ela mais do que uma vez. No nosso primeiro encontro, era uma estudante loira e franzina de quinze anos, que vivia na Califórnia no ano 2285. Parecia ser um tempo cheio de esperança e entusiasmo.

Ao entrar no estado hipnótico, encontrei-me imediatamente numa sala de aula, num grupo de estudo com cerca de vinte e cinco outros estudantes

de várias idades. Estávamos a discutir ideias sobre o tempo e a física, e como todas as disciplinas estavam interligadas. — É sobre compreender como o tempo nos afeta, como usamos o tempo para compreender outras ideias — disse eu ao Jim. — É bastante complexo; não é a minha melhor disciplina.

As minhas primeiras respostas vieram com muitas pausas; não queria ser interrompida por perguntas, mas sim ouvir o que o professor estava a dizer. A interação na aula era boa, com perguntas e respostas entusiásticas da maioria dos estudantes. Era como se estivéssemos todos ali porque queríamos beneficiar da experiência de aprender, e não porque tivéssemos de estar ali. Não fazíamos exames, mas tínhamos avaliações para decidir se continuaríamos para o ensino superior e onde seríamos empregados de forma útil.

A estrutura das aulas parecia ser tradicional, com o professor à frente e um ecrã para exibir material escrito e pictórico. Também aprendíamos ao ouvir gravações. "Ouvir é a melhor forma de aprender", disse eu. O Jim perguntou se isto era feito de forma subliminar. "Não dura o suficiente quando é feito dessa forma. O importante é a compreensão, para que se possa pensar, utilizando as ideias. Não é necessário aprender tudo se conseguirmos encontrar a informação."

Utilizávamos computadores também; o mais importante estava ligado a uma rede. "Mas eles não vão ligar tudo. Há um risco, com uma rede demasiado grande, de as pessoas controlarem a informação, por isso estão em redes pequenas." Tínhamos um computador em casa que se ligava a outros. Quando o Jim me perguntou sobre a minha casa, comentei que muitos lugares tinham sido deixados vazios. Vivia com a minha mãe, embora o meu pai ainda estivesse por perto.

"Quanto tempo vivem as pessoas, em média?" "Depende. O problema é que, se ficarmos demasiado velhos, passamos a ter muitos problemas. Não vale a pena continuar — não mais do que oitenta. Mas alguns vivem até mais de cem."

O Jim decidiu revisitar a Sheryl mais do que uma vez. Na sessão seguinte, pediu-me para ir ter com ela aos vinte e cinco anos. Vi-me a caminhar da minha casa para um parque, por uma estrada bastante inclinada. Era um dia ensolarado e eu vestia uma camisa branca, de manga

curta e larga, possivelmente com calções, e sentia-me confortável. Parecia estar a usar algo no pulso esquerdo. (No presente, não uso relógio nem pulseiras, por isso estava consciente da diferença.) O ar era limpo e o sol brilhante, tal como tinha sido na minha visão na loja de velharias.

Havia outras semelhanças com as minhas visões anteriores do futuro. Alguns edifícios estavam vazios, o que, combinado com a minha impressão anterior de turmas pequenas com alunos de idades diferentes, sugeria que apenas algumas famílias viviam na zona. O que era particularmente marcante era uma sensação de segurança e proteção. Tinha a sensação de que podia deixar a minha casa alegremente com a porta da frente destrancada.

O Jim perguntou sobre o meu trabalho, e eu disse-lhe que trabalhava a partir de casa utilizando uma consola ligada aos computadores da agência. Vivia sozinha e não estava particularmente interessada em casar-me, mas tinha amigos na zona e costumávamos visitar-nos uns aos outros para partilhar refeições. Conseguia ver a minha casa, um edifício de um só piso que se abria diretamente para a rua.

A sala principal parecia airosa e estava decorada num estilo simples em tons pastéis claros; a maior parte do mobiliário era branco. Parecia ser uma sala polivalente, em plano aberto, e as cores claras e a iluminação e design cuidados davam uma ilusão de maior espaço do que aquele que poderia existir. Parecia uma área de estar concebida para uma pessoa, com apenas algumas divisões adjacentes.

A consola do computador estava encostada a uma parede, que estava repleta de prateleiras contendo arquivos, muitos com documentos em papel, e itens removíveis cujo propósito eu não conseguia determinar. Esta parte da sala era basicamente um posto de trabalho com uma secção de secretária no meio, e tudo o resto organizado de cada lado, do chão ao teto. A sala também continha o que parecia ser um balcão de pequeno-almoço ligado a uma área de cozinha, e uma superfície de trabalho à altura de uma mesa que se projetava para o espaço da sala.

O Jim perguntou-me em que consistia o meu trabalho. Eu disse que tinha a ver com as ciências vivas, com plantas e animais e as relações de interdependência entre os seres vivos. Pressionada por mais explicações, continuei a falar longamente. Nesta persona, sentia-me cheia de energia e

achava bastante fácil falar. Expliquei que as empresas recorriam à agência para a qual eu trabalhava para descobrir quais seriam as melhores culturas para replantar uma determinada área. Isto poderia ser em qualquer parte do mundo e envolvia alguém tirar amostras de solo e avaliar as doenças e pragas das plantas locais. As pragas de insetos não eram consideradas um grande problema, pois podiam ser controladas com o uso de predadores, geralmente outros insetos, mas todo o equilíbrio ambiental tinha de ser cuidadosamente calculado. O maior problema era o ataque fúngico, ao qual os organismos estão vulneráveis sob stress ou quando a imunidade está esgotada.

O meu trabalho consistia em coligir toda a informação disponível e apresentar um pacote listando estirpes de plantas resistentes que não perturbassem o equilíbrio do local em questão. A lista incluiria grupos de plantas de cultivo e árvores; em certas circunstâncias, poderia haver uma recomendação para reflorestar em vez de cultivar. Tínhamos de levar em consideração uma variedade de necessidades ambientais específicas da área e do clima. A minha lista seria então adicionada a relatórios de outros trabalhadores, fornecendo informações sobre aspetos como métodos de controlo de pragas, que eram geralmente biológicos.

O objetivo de tudo isto era tanto económico como ambiental, disse eu ao Jim; era muito melhor equilibrar as coisas naturalmente sem usar produtos químicos. A pior forma de poluição continuava a ser a química. Embora a situação estivesse a melhorar, os métodos de agricultura química eram considerados extremamente perigosos, pois a maioria dos solos ainda estava fortemente danificada pelo uso excessivo de químicos no passado, o que também tinha afetado o abastecimento de água.

Embora falasse sobre a complexidade do trabalho com alguma autoridade, o meu lugar pessoal na organização não era especialmente prestigiado; o meu trabalho era principalmente administrativo. No entanto, exigia uma compreensão do material que eu tinha de coligir, e eu gostava do meu trabalho. Dava-me a sensação de estar a fazer algo que valia a pena.

O Jim perguntou-me a seguir sobre fontes de energia. Respondi que utilizávamos energia solar e outras fontes renováveis. Não gostávamos de queimar carvão, petróleo ou outros combustíveis. Ainda havia alguns

problemas com a poluição por petróleo, embora utilizássemos bactérias para consumir o petróleo.

O Jim perguntou-me mais sobre a poluição — quando é que ela tinha atingido o seu pico? Identifiquei dois períodos de elevada poluição: um no início da Revolução Industrial, causado principalmente pela queima de combustíveis e poluição atmosférica, e a era posterior (coincidindo com os nossos tempos atuais), quando a poluição química era o principal problema. Também houve dificuldades com a atmosfera nesse período, mas foram relativamente fáceis de corrigir a tempo. Os produtos químicos, no entanto, tinham permanecido no solo e, eventualmente, contaminaram a água.

Durante a fase de poluição química, as aves tinham sido as primeiras a sofrer. Eu não tinha a certeza absoluta do porquê, mas sabia que uma das razões era que a mudança na atmosfera tinha encorajado diferentes organismos a reproduzirem-se, o que tinha afetado as aves, embora elas ainda sobrevivessem em algumas áreas.

Os animais marinhos tinham o pior problema, porque o seu ambiente ainda estava fortemente poluído. No entanto, apesar de uma maior probabilidade de doenças provenientes de bactérias quimicamente alteradas, eles ainda resistiam, incluindo algumas espécies de baleia. Embora os mares estivessem poluídos, era mais fácil protegê-los lá do que tentar mantê-los em santuários.

Todos os animais, incluindo as pessoas, tinham sofrido alguns danos devido ao cocktail de químicos. O principal problema parecia ser a infertilidade. Havia menos animais de todos os tipos, incluindo a humanidade, e tinha havido uma queda considerável na população humana. Isto tinha sido uma coisa boa ao início, mas era preocupante que os químicos ainda estivessem a afetar a fertilidade.

Não muito depois disto, encontrei uma referência ao trabalho da Dra. Helen Wambach e do Dr. Chet Snow: um estudo-piloto sobre a progressão de vidas futuras chamado *Mass Dreams of the Future*. Mil e cem indivíduos hipnotizados tinham sido solicitados a avançar para os anos 2100 e 2300. Oitenta e nove dos voluntários conseguiram ver-se numa vida possível durante um ou ambos os anos. Do meu ponto de vista, o aspeto mais interessante da investigação foi o facto de o estudo sugerir uma queda de 95 por cento na população por volta do ano 2100. Apenas cerca de 5 por

cento dos voluntários se viram numa vida em 2100, e 12 por cento em 2300.

Os participantes dividiam-se em quatro tipos: os que se viam a viver no espaço ou noutros planetas; os que viviam em comunidades de estilo *New Age* isoladas da sociedade; os que viviam em cidades artificiais fechadas ou subterrâneas; e os que viviam em grupos de sobrevivência rurais simples, sem tecnologia moderna. Poucos, ou nenhuns, descreveram um estilo de vida cuja estrutura tivesse qualquer continuidade com o presente.

A progressão hipnótica é problemática, mesmo sob condições cuidadosamente controladas. Estas pessoas foram hipnotizadas em massa, como um grupo, e não consigo deixar de me perguntar se as suas visões foram influenciadas pela ficção científica, ou pelas suas próprias expetativas e imaginações.

Esta possibilidade era algo que eu estava constantemente a levar em conta nas minhas próprias sessões. Quando libertada do transe hipnótico após esta última sessão com a Sheryl, senti ser necessário falar com o Jim sobre as suas semelhanças com o que eu já tinha visto nos meus outros vislumbres do futuro. A Sheryl tinha falado de uma redução na população, particularmente no mundo ocidental, e de uma perda no número de animais, especialmente aves, embora o ar estivesse limpo. Era possível que eu estivesse a impor ao futuro da Sheryl os meus pressupostos adquiridos nas minhas outras visões futuras.

Havia uma diferença, no entanto. Uma das minhas suposições tinha sido que uma das causas principais dos problemas seria um aumento da luz solar, devido a danos na camada de ozono. Mas a Sheryl tinha praticamente descartado essa ideia. Poderia ser que o problema venha a ser resolvido pela redução da poluição, incluindo a poluição do tráfego, e auxiliado pela redução do número de seres humanos.

O único outro ponto de relevância foi que, durante todo o tempo sob hipnose em que falava como Sheryl, eu estava a tiritar — o que é algo que me acontece frequentemente quando vejo o futuro utilizando a psicometria. Isto parou quando saí da hipnose.

Certifiquei-me de que os intervalos de tempo para as minhas duas personalidades futuras encaixariam um no outro. A Janice tinha dado uma

idade superior a trinta anos em 2228, e a Sheryl tinha quinze em 2285. Isto daria à Janice um tempo de vida de cerca de setenta e dois anos — mais se ela tivesse bem mais de trinta. Portanto, poderia haver um intervalo razoável entre vidas. Foi encorajador descobrir que estas duas personalidades podiam decorrer uma após a outra de forma tão confortável.

Era interessante que ambas as personalidades tivessem interesse na ciência ecológica e trabalhassem em investigação botânica, embora a Janice tivesse um cargo menos qualificado. Isto sugeria tanto uma continuidade como um desenvolvimento de interesses e competências, o que apoia a ideia de que as pessoas podem trazer para uma nova vida competências já aprendidas numa anterior. Uma das minhas próprias áreas principais de interesse tem sido a biologia, particularmente a fisiologia humana, mas consigo facilmente imaginar-me a desenvolver um germe de interesse por plantas, particularmente ao longo de várias vidas.

Os dois relatos incluíam consistências nas descrições das mudanças ambientais e populacionais. Alguns dos aspetos científicos poderiam revelar-se interessantes, embora eu não tivesse a formação necessária para saber se eram viáveis. Incluíam o uso de combustível fermentado para veículos, que seria limpo e renovável, ao contrário dos produtos à base de petróleo, e o feixe de luz que poderia ser usado para análise de tecidos — um processo que poderia basear-se nalguma forma de análise de espetro.

Bastante tempo depois, consegui descobrir mais sobre ensaios atuais de fontes alternativas de combustível. Por exemplo, li que os engenheiros da Rover estão a trabalhar num combustível derivado de colza, que esperam que venha a alimentar um motor a diesel não modificado. Tem sido dada cobertura mediática a outras experiências, incluindo metano derivado de estrume de galinha usado para alimentar camiões. E tem havido trabalho sobre a produção comercial de carros elétricos há muito tempo, embora eu ainda não os tenha visto em nenhum dos meus vislumbres de tempos futuros.

Também li recentemente que os brasileiros estão agora a fermentar açúcar para produzir um álcool que é usado como combustível — quando me deparei com este item, perguntei-me se os comentários que fiz sob hipnose deveriam ser classificados como coincidência, telepatia ou precognição!

Também poderia estar a utilizar o meu conhecimento atual quando me perguntaram sobre a exploração espacial. O Jim perguntou tanto à Janice como à Sheryl sobre avanços no espaço, e parece que ainda falta muito até que a vida real alcance a ficção científica. A Janice tinha comentado que a maior parte da investigação era feita com sondas não tripuladas e que estava a ser realizado um estudo dos planetas do sistema solar, incluindo a tentativa de desenvolver uma ecologia em Marte, o que seria um processo muito longo.

A exploração fora do sistema solar foi descrita por ela como sendo quase inexistente. A Sheryl disse que a colonização humana do espaço ainda estava muito distante, mas que havia alguma investigação para encontrar microrganismos no espaço, o que exigia grande cuidado no manuseamento devido aos seus efeitos desconhecidos.

Aqui eu poderia, em parte, estar a ecoar o que já sabia: já existem projetos em curso que analisam as possibilidades de desenvolver Marte, tentando cultivar coisas lá e criar uma atmosfera. Pela minha própria experiência, não tinha dúvidas de que a precognição pode ser fiável, mas ainda tinha dificuldade em avaliar o valor da informação recuperada hipnoticamente. Deveria tudo ser julgado sob o mesmo prisma? As minhas memórias de vidas passadas como Mary tinham sido definitivamente ajudadas pela hipnose, embora na altura me sentisse muito insegura quanto à exatidão da informação que estava a recuperar.

Estava bastante certa de que tinha visto a minha vida futura como Nadia porque a hipnose revelou lugares e eventos que correspondiam às minhas visões espontâneas. Percebi que só havia duas formas de descobrir se a precognição do futuro distante tinha hipótese de estar certa. Uma era olhar para trás, para outras perceções anteriores, para verificar a sua exatidão; isso não era um problema. A outra era olhar para as tendências atuais para ver se alguma delas nos poderia já estar a conduzir para o futuro vislumbrado. O que eu não sabia naquela fase era a riqueza de informação disponível sobre as alterações ao ambiente e, consequentemente, à nossa saúde, que poderiam apontar o caminho precisamente para o tipo de futuro que eu tinha visto.

CAPÍTULO 11

O Nosso Futuro Planetário

A população em declínio

Hoje, um dos maiores problemas do planeta é a sobrepopulação. No entanto, as minhas visões do futuro mostravam uma queda acentuada no número tanto de pessoas como de animais, embora a vida vegetal parecesse estar a florescer. Não havia evidência de qualquer desastre de grande escala e, durante a minha deriva no tempo em direção a este futuro, não tinha visto ou sentido nada de invulgarmente perigoso. Mas um problema específico mencionado tanto pela Janice como pela Sheryl foi a poluição química.

Após a minha visão das Midlands inglesas dois séculos à frente, fiquei tão intrigada com a falta de pessoas que decidi, então, manter-me atenta a qualquer investigação que pudesse lançar luz sobre as suas causas. A primeira prova que me surgiu foi um artigo científico que dava detalhes de um teste periódico em estudantes de uma universidade americana.

Quando foi mencionado pela primeira vez em notícias de jornal no início da década de 1980, causou pouco mais do que uma ondulação de reação, mas para mim foi fascinante. Durante testes de rotina de motilidade espermática em estudantes no início dos seus vinte anos, descobriu-se que tinha havido uma queda na fertilidade desde o teste anterior na mesma universidade, dez anos antes. A queda não foi grande, mas num intervalo de tempo tão curto era significativa. Na altura, não foram sugeridas razões para isto.

Depois, durante os verões quentes e secos de meados da década de 1980, testes sobre a quantidade de poluentes dissolvidos nas reservas de água reduzidas em Londres mostraram que a maior fonte de poluição consistia em químicos que agiam como hormonas femininas. Ao início, pensou-se que estas deveriam ter origem inteiramente em fármacos contracetivos. Como a Pílula estava connosco desde a década de 1960, algumas das hormonas teriam chegado, através dos esgotos, aos abastecimentos de água potável e poderiam não estar a ser decompostas com rapidez suficiente pelos processos naturais para se dispersarem eficazmente.

Seria de esperar que os homens expostos a hormonas femininas sofressem de fertilidade reduzida, por isso o item era de considerável

interesse. Um poluente na água potável que levasse à infertilidade poderia ser uma causa óbvia para uma eventual redução na população de pessoas e animais.

As hormonas femininas, entre inúmeros outros fármacos, têm também sido utilizadas pela indústria alimentar. Embora estas já não sejam usadas para produzir capões (frangos machos engordados através do uso de hormonas femininas), todos os tipos de produção alimentar utilizam outros fármacos que podem ser igualmente prejudiciais para a fertilidade, além de reduzirem a resistência a doenças.

Ninguém conhece realmente os seus efeitos a longo prazo. Qualquer substância que entre no organismo como substância lipossolúvel pode permanecer armazenada nas nossas reservas de gordura durante dez ou vinte anos, provavelmente até mais, e os novos fármacos ou aditivos alimentares simplesmente não são testados durante períodos tão extensos.

No final de 1992, novas informações revelaram uma perda de fertilidade muito mais dramática e generalizada. No mundo ocidental, demonstrou-se que as contagens de espermatozoides caíram 50 por cento num período de cinquenta anos, segundo o Professor Niels Skakkebaek da Universidade de Copenhaga, que entre 1938 e 1991 realizou uma série de 61 estudos envolvendo 14 947 homens. Após novos testes na Grã-Bretanha que confirmaram estes resultados, relatórios afirmaram que se acreditava que um em cada vinte homens era infértil. Hoje em dia, espera-se que uma contagem normal de espermatozoides seja apenas um terço do valor médio de quando os testes começaram, na década de 1930.

De acordo com as notícias, os culpados responsáveis por esta redução de espermatozoides seriam as toxinas e poluentes ambientais, juntamente com o aumento da vida em ambientes sobreaquecidos. A questão da exposição a hormonas femininas, ou a químicos que mimetizam a ação de tais hormonas, não foi mencionada de imediato. Havia outros possíveis fatores contribuintes não citados, como a radiação. Tem havido um aumento constante da radiação de fundo, devido em parte ao uso normal de equipamento de raios X hospitalar (o risco de libertação de radiação é um problema admitido pelos radioterapeutas) e também pelos resíduos de testes de bombas atómicas realizados durante e desde a década de 1960, muitas vezes em segredo.

Todos estes fatores poderiam facilmente afetar a fertilidade animal, bem como a humana. A minha visão do futuro começava a fazer sentido. Uma nova referência à infertilidade foi feita, entre outras, numa breve resposta à pergunta de um estudante publicada no *Daily Telegraph* a 30 de agosto de 1993. O Dr. Richard Sharpe, da Unidade de Biologia Reprodutiva do Conselho de Investigação Médica em Edimburgo, sugeriu mais do que uma causa possível para a queda da fertilidade. Uma era que o processo de produção de espermatozoides era prejudicado pela exposição ao calor, radiação e químicos.

A outra era que o desenvolvimento precoce das células de Sertoli, responsáveis pela produção de espermatozoides, poderia ser afetado por toxinas nos nossos alimentos e água, que mimetizam os efeitos da hormona sexual feminina, o estrogénio. Estas toxinas incluem pesticidas, dioxinas (utilizadas no branqueamento de papel e outros produtos) e PCBs (bifenilos policlorados, poluentes industriais de equipamentos elétricos). Isto aproximava-se muito mais da descrição das causas que eu começara a suspeitar. À medida que os cientistas começavam agora a discutir o problema, novas informações tornaram-se disponíveis.

A exposição a PCBs e possivelmente a outros químicos durante a gravidez também é considerada como algo que afeta o feto masculino, originando problemas de fertilidade mais tarde na vida e, por vezes, anomalias nos genitais masculinos. Podem também ser transmitidos através da amamentação, uma vez que o leite humano é rico em gordura. Isto significa que os químicos na cadeia alimentar não só entram nos nossos próprios corpos, onde podem ser armazenados, como podem afetar a capacidade de reprodução dos nossos filhos.

Descobriu-se também que alguns plásticos libertam químicos que mimetizam as hormonas femininas. Como estes químicos não se decompõem naturalmente, a quantidade que entra na cadeia alimentar e, posteriormente, nos nossos corpos, está em constante acumulação. Isto criaria um efeito contínuo através das gerações, levando a um aumento generalizado da infertilidade que acabaria por resultar numa queda da população. Enquanto escrevo, em 1995, a queda anual da fertilidade masculina de até 2,6 por cento está a tornar-se um problema de preocupação internacional; os especialistas estudam agora os efeitos de possíveis químicos mimetizadores de estrogénio em aproximadamente

quatrocentas substâncias, maioritariamente artificiais, que variam de pesticidas a aditivos de tintas, sendo o principal suspeito um detergente industrial chamado nonilfenol (*Sunday Times*, 21 de maio de 1995; *The Times*, 1 de junho de 1995).

Não é apenas a fertilidade humana que está em risco; tem ocorrido um problema com um grande número de peixes nos rios britânicos. As hormonas femininas e os químicos mimetizadores de estrogénio, que entram na nossa água através das saídas de esgotos, afetaram de tal forma os peixes que muitos são incapazes de se reproduzir. O Dr. Paul Johnson, da Greenpeace, expressou a sua preocupação com as populações de peixes e a saúde dos nossos rios.

Na verdade, foram encontrados peixes hermafroditas (peixes machos "feminizados" inférteis) no rio Lea, em Welwyn Garden City, Hertfordshire, já em 1978. E um ano antes disso, foram realizadas experiências utilizando hormonas em trutas machos jovens que resultaram na produção de proteínas de ovos femininos, provando assim que as hormonas podiam afetar negativamente a capacidade de reprodução dos peixes.

À medida que li a quantidade crescente de evidências ao longo dos anos, tornou-se claro que um futuro que eu vira como improvável e intrigante na década de 1980 é cada vez mais provável de vir a acontecer. De facto, um estudo publicado a 11 de julho de 1994 (Dia Mundial da População) mostra que o aumento populacional que o mundo tem vindo a registar até agora está em declínio e poderá estar a entrar em retrocesso. Ao ritmo atual, até ao ano 2100 a população poderá estar de volta aos níveis de 1980 (*Reincarnation International*, Número 3). No entanto, baseada na redução drástica que vi num período de duzentos anos, acredito que a queda da população ganhará velocidade e acontecerá muito mais depressa do que isto.

É claro que não é apenas a fertilidade que é afetada pela poluição química; os sistemas imunitários humano e animal também estão em risco. Atingimos agora um ponto em que a nossa poluição do mar está a destruir a imunidade de grandes animais marinhos, de modo que estes sofrem e morrem de doenças às quais normalmente têm resistência. Os químicos lipossolúveis têm sido uma preocupação minha desde os meus tempos de

faculdade, há mais de vinte anos, quando os seus efeitos na população de baleias começaram a ser-nos chamados à atenção.

Este problema foi mencionado em 1993 em programas de televisão sobre vida selvagem que expressaram preocupação pelas baleias, que estão a ser atacadas por doenças graves em todo o mundo. Acredita-se que a sua imunidade tenha sido afetada por uma acumulação de toxinas nas gorduras corporais, que são transmitidas aos juvenis através do leite materno. Há alguns anos, a população de focas começou a sofrer de forma muito semelhante, morrendo aos milhares.

Tudo isto sugere que nós também poderemos vir a ser eventualmente prejudicados por estas toxinas e ficar menos capazes de combater doenças comuns.

Um artigo no *Observer* de 13 de março de 1994 examinou os problemas dos PCBs e outros poluentes no Mar do Norte que estão a "matar o mar". O conteúdo de oxigénio na água está a cair, matando peixes, e alguns poluentes estão a envenená-los diretamente. Os pescadores comentaram as deformidades bizarras que agora se encontram numa percentagem crescente da sua captura: peixes grotescos com grandes anomalias físicas e crescimentos cancerígenos.

Outros problemas também foram atribuídos a venenos no mar e poluentes lipossolúveis. Entre 1988 e 1993, várias crianças em áreas costeiras nasceram com defeitos congénitos nas mãos. Este tipo de defeito ocorre espontaneamente de tempos a tempos, mas o número e a localização concentrada destes casos pareciam significativos.

Num artigo que discutia a incidência e as causas possíveis deste defeito, o Dr. Alister Hay, professor de patologia química na Universidade de Leeds, comentou que os PCBs, as dioxinas e os pesticidas proibidos, como o DDT, estavam amplamente presentes no tecido adiposo humano (*Sunday Times*, 23 de janeiro de 1994). Em terra, também se suspeitou que fungicidas e pesticidas estivessem a causar focos de crianças nascidas com olhos minúsculos ou sem olhos de todo (*Observer*, 30 de maio de 1993).

De tudo isto, creio que podemos assumir que os poluentes lipossolúveis já estão nos nossos corpos e que uma sequência de eventos já está em marcha. Caminhamos agora para um futuro onde carregamos connosco os efeitos a longo prazo da poluição, e serão necessárias várias

gerações antes que seja possível reduzir o nível de toxinas nos corpos humanos e animais. Entretanto, os nossos sistemas imunitários e, por conseguinte, a nossa saúde geral, já estão a ser afetados.

Em várias das minhas sessões de futuro distante sob hipnose, o cancro foi mencionado como o principal problema médico, embora tratável; já se sabe que está a aumentar. A investigação atual sobre o cancro sugere que existem fatores hereditários que colocam as pessoas numa categoria de alto risco, e talvez estes possam vir a ser eventualmente abordados geneticamente. Mas, pelo que vi, acredito que continuará a ser uma batalha difícil, à medida que outras áreas de risco ameaçam os nossos sistemas imunitários.

Outra causa para uma queda no número de seres humanos, e que explicaria a velocidade com que acredito que irá ocorrer, poderia ser o aparecimento súbito de uma série de novos vírus, como por exemplo o vírus VIH responsável pela Síndrome de Imunodeficiência Adquirida (SIDA), que surgiu durante a década de 1980. Parece ter começado em África, uma das áreas gravemente afetadas pela radiação dos testes de bombas atómicas no mar, devido aos ventos e marés predominantes. Durante a década de 1970, vários artigos de jornais em países africanos expressaram uma preocupação considerável sobre a concentração de resíduos radioativos, particularmente sobre a África Central.

Ninguém sabia o que os efeitos da radiação significariam para aquele continente, mas os efeitos do vírus VIH atingiram a maior parte do resto do mundo. A radiação em níveis normais é responsável por mudanças na evolução. Não é de todo inconcebível que níveis de radioatividade superiores ao habitual causem um desenvolvimento mais rápido em pequenos organismos, como vírus e bactérias, ao mesmo tempo que reduzem a imunidade das pessoas.

Outros novos vírus incluem um número pequeno, mas crescente, de doenças infantis. Quando os meus próprios filhos contraíram a doença "mão-pé-boca", uma infeção viral que causa vesículas nestas áreas (e não tem nada a ver com a febre aftosa nos animais), garantiram-me que esta era uma doença infantil normal, no entanto, que eu saiba, não existia na minha própria infância. Surgiram também diversas doenças "mimetizadoras" que apresentam semelhanças com a rubéola e a febre glandular, para citar apenas duas. E, para confundir ainda mais a situação, o uso excessivo de

antibióticos levou a que muitos vírus e bactérias bastante letais desenvolvessem estirpes novas e mais virulentas.

Uma delas é a bactéria responsável pela tuberculose, um problema que se pensava ter sido vencido, mas que está novamente a aumentar. É interessante notar que, por volta da década de 1970, o astrólogo americano Al Morrison tinha previsto uma mutação de bactérias e vírus para o período entre 1984 e 1995 (Joe Fisher, *The Case for Reincarnation*). Era de esperar uma mutação rápida devido à radiação, suscetível de afetar primeiro os organismos simples, pelo que a evolução bacteriana e viral era previsível. A fase seguinte seria a alteração de algumas plantas e depois de insetos.

Mantenho-me atenta a novas variedades de insetos em particular, uma vez que as plantas estão frequentemente sujeitas à interferência direta do homem. Mas foi observada uma alteração espontânea, rápida e variada em espécies de plantas selvagens perto de centrais atómicas.

Também ligado à poluição, bem como aos aditivos alimentares, está o aumento da ocorrência de alergias. Houve um aumento enorme na asma infantil, que tem sido associada aos subprodutos dos gases de escape dos veículos. Embora muitas alergias sejam vistas como um mero inconveniente, algumas são extremamente perigosas. A asma pode matar; o mesmo acontece com a anafilaxia, uma reação alérgica extrema a qualquer coisa, desde antibióticos a corantes alimentares. Estas alergias podem começar em qualquer altura da vida, sem aviso prévio.

Existem várias teorias sobre o porquê de as pessoas poderem desenvolver subitamente uma alergia ou, cada vez mais hoje em dia, a síndrome de multialergia, que faz com que o corpo reaja a toda uma gama de substâncias. Uma explicação sugerida é que o número de químicos com que os nossos corpos têm agora de lidar causa uma falha na resposta imunitária normal.

Mesmo produtos quotidianos como detergentes da roupa, sabonetes e champôs contêm muitos ingredientes conhecidos por causarem alergias em algumas pessoas, somando-se ao bombardeamento geral de substâncias estranhas com que temos de lidar. A maioria destas substâncias só foi desenvolvida na segunda metade deste século, pelo que não temos ideia dos seus efeitos a longo prazo.

Outra causa de danos nos nossos sistemas imunitários é o aumento de luz não filtrada, devido ao adelgaçamento da camada de ozono protetora. Esta pode ser uma das principais razões para as mortes súbitas, nos últimos anos, de uma grande percentagem da população de rãs e sapos em todo o mundo. Em partes do Canadá, onde a depleção do ozono é bastante extensa, até 95 por cento dos ovos de rã não conseguem agora eclodir, enquanto dos que eclodem, muitos são subdimensionados ou não chegam a amadurecer.

Os anfíbios têm uma pele particularmente sensível que reage ao aumento da luz solar, mas a sua situação apenas reflete os problemas com que todas as formas de vida neste planeta terão de aprender a lidar se quiserem sobreviver. À medida que a camada de ozono mais fina permite a passagem de mais luz não filtrada, os danos nos nossos sistemas imunitários significariam que as doenças em geral também aumentariam, incluindo não só o cancro de pele, mas todos os tipos de cancro.

Mesmo que a medicina continue a melhorar, os próprios avanços médicos poderiam enfraquecer o património genético. À medida que pessoas com doenças hereditárias, como a diabetes, sobrevivem por mais tempo, existe a possibilidade de serem geradas mais crianças portadoras de doenças herdadas. Com o passar do tempo, os avanços médicos poderiam, portanto, resultar numa maior proporção da população ser menos saudável e menos capaz de combater doenças comuns.

O stress resultante na população em geral poderia ser outro fator na redução populacional. A única esperança é que a medicina possa desenvolver formas de curar o problema ao nível dos genes portadores de risco, através da engenharia genética.

É claro que uma redução na população, por si só, não parece atualmente desastrosa. Não há dúvida de que existem agora pessoas a mais no mundo para viver com um conforto razoável. Não só é mais difícil alimentar mais pessoas sem utilizar métodos de agricultura química potencialmente prejudiciais, como as condições de sobrelotação levam a problemas sociais. Os ratos matam-se uns aos outros se forem mantidos em gaiolas sobrelotadas, e sabe-se que alguns animais de quinta se tornam agressivos se forem confinados com outros em espaços pequenos. Ao nível humano, a sobrepopulação leva à pobreza, à fome e a um aumento da violência de todos os tipos.

Sempre que o mundo ficou sobrepovoado no passado, os números foram reduzidos novamente pela fome e pelas doenças da sobrepopulação, como a peste bubónica, a cólera e o tifo; ou houve migrações em massa de pessoas para regiões menos povoadas do mundo. Mas adaptámos a forma como vivemos para permitir que mais pessoas sejam sustentadas na mesma terra do que alguma vez foi possível anteriormente. E, a par dos próprios avanços que permitiram este aumento da população, os níveis de poluição e de doenças relacionadas com a poluição sobem à medida que o número de máquinas, carros e fábricas aumenta para satisfazer as necessidades das pessoas extra.

O que pode ser feito para restaurar a saúde do planeta? Já mencionei a teoria de Gaia, a ideia de que o planeta é um sistema autorregulado, capaz de restaurar o seu próprio equilíbrio. O equilíbrio da natureza é compreendido em termos gerais há muito tempo. Sabemos que se uma criatura for removida da cadeia alimentar, os seus predadores sofrem e morrem, e as suas fontes de alimento multiplicam-se em excesso. A teoria de Gaia leva este processo mais longe, incluindo até o equilíbrio muito controlado de gases na nossa atmosfera. Por exemplo, se houvesse uma fração a menos de oxigénio no nosso ar, os animais seriam incapazes de respirar; se houvesse a mais, haveria um risco constante de incêndio por combustão espontânea. De alguma forma, este equilíbrio delicado continua a ser mantido.

A teoria é a de que este sistema não é acidental, mas sim controlado. Os chamados gases com efeito de estufa que produzimos em abundância são decompostos pela natureza de forma a manter esse equilíbrio essencial, de forma muito semelhante àquela que utilizaria para decompor gases produzidos por meios naturais.

Obviamente, não basta sentarmo-nos e confiar que a natureza trabalhará com rapidez suficiente para curar todas as feridas que tão rapidamente criamos. Na verdade, se deixássemos todos os problemas da poluição para a natureza resolver, poderíamos ter de aceitar o nosso próprio fim como parte da solução. Felizmente, cientistas e outros estão a começar a procurar formas de cooperar com a natureza.

Por exemplo, os cientistas interessaram-se recentemente por um gigantesco manto de algas que cresceu numa zona específica do oceano em tempos pré-históricos. É normal que as algas cresçam sazonalmente no

oceano; foi a quantidade e a área deste crescimento que suscitaram um interesse particular. O seu propósito era, aparentemente, reter um excesso de dióxido de carbono livre, possivelmente devido a atividade vulcânica, que estava a causar um desequilíbrio atmosférico. As algas absorveriam e reteriam o gás, morrendo depois e afundando-se no fundo do oceano.

Durante a última Idade do Gelo, a floração de algas cresceu até tão a sul como as Canárias; agora as algas estão normalmente limitadas a uma área menor, restrita principalmente ao hemisfério norte. Então, em 1993, foi encontrado um manto de algas enorme e crescente na mesma parte do oceano que tinha sido coberta pelo crescimento pré-histórico — numa altura em que nos apercebíamos de que estávamos a produzir demasiado dióxido de carbono e a perturbar o equilíbrio de gases na nossa atmosfera, possivelmente dando origem ao efeito de estufa.

Desta vez, o homem está a dar uma mão na restauração do equilíbrio. Algumas grandes empresas, como a Shell, estão agora a financiar investigação sobre o crescimento de algas, de modo a acelerar o processo natural e, assim, combater o aquecimento global. Este trabalho está a ser realizado principalmente no hemisfério sul, onde existem menos algas, através da adição de ferro ao oceano. Até agora não houve um aumento percetível na absorção do excesso de dióxido de carbono, mas a investigação continua e poderá ainda produzir resultados.

Pelo que vi do futuro, isto aponta o caminho para outros meios através dos quais podemos participar ativamente na autorregulação do ambiente por parte de Gaia. Embora tenhamos criado uma situação difícil para nós próprios neste planeta, o futuro que vi estava cheio de esperança. Haveria menos pessoas, que combinariam um controlo sensato do ambiente com uma maior compreensão da sua responsabilidade pelo bem-estar do todo. Embora eu não tenha visto o que estava a acontecer no resto do mundo, o trabalho da Sheryl na América parecia envolver cooperação internacional, pelo menos no mundo da ecologia e da produção alimentar, e havia pouca sensação de fronteiras nacionais. Poderá ser que venhamos a despender a nossa inteligência e recursos no cuidado ambiental, em vez de em guerras e competição entre nações?

Não nos vi a regressar a uma vida mais simples e menos tecnológica; pelo contrário, utilizaremos um maior grau de tecnologia que estará em harmonia com o ambiente. Poderá não ser uma existência perfeita, mas o ar

será limpo e as colheitas saudáveis. O que vejo é uma oportunidade para vivermos uma vida melhor.

Sempre que o Jim me fazia progredir para o futuro distante, perguntava se havia violência ou perigo na sociedade. De cada vez, eu respondia que não, num tom que expressava surpresa por me ser feita tal pergunta. Na verdade, fiquei muito impressionada com a sensação de segurança na vida da Sheryl. Uma redução no crime e na violência poderia ser um dos resultados muito benéficos de uma população reduzida.

A sobrelotação e a pobreza deverão ser erradicadas, e haverá emprego para todos. Ao mesmo tempo, uma taxa de natalidade muito mais baixa significará que as crianças são realmente desejadas e valorizadas, e melhorias na nossa abordagem às suas necessidades, desenvolvimento e educação ajudarão a produzir menos indivíduos desajustados.

Algumas pessoas acreditam que, se as visões do futuro estiverem corretas e mostrarem que tudo correrá a nosso favor, não há necessidade de nos preocuparmos com o que estamos a fazer agora. Outros, com igual fatalismo, sentem que não podemos ter poder para mudar o curso dos acontecimentos. Mas nós temos livre-arbítrio, e a humanidade é possivelmente mais capaz de influenciar as futuras condições ambientais do que qualquer outro fator isolado. Não é razoável abdicar da responsabilidade pelo futuro. O que fazemos intencionalmente para melhorar e proteger o ambiente hoje é uma parte vital do quadro complexo que constrói o amanhã.

CAPÍTULO 12

O Jardim Mágico

Criar o amanhã

Uma única vida é tão breve que temos pouco tempo para começar a compreender-nos a nós próprios ou aos outros, para encontrar um propósito ou um sentimento de realização. No entanto, a nossa perspetiva do tempo pode alcançar a história e as nossas próprias vidas passadas, tocar aquele estado mágico e tranquilo entre vidas, e experienciar a promessa de outras vidas que virão. Este sentido de continuidade pode levar-nos para além dos confins de uma vida e para além do isolamento do indivíduo.

Não é necessário ter recordação de vidas passadas para compreender e aceitar a sua realidade, e para ter um sentido da continuidade da alma. Tão-pouco é essencial ter uma experiência de quase-morte para apreciar que a vida continua depois de deixarmos o corpo ou para confiar na promessa de uma paz e felicidade tremendas nessa outra existência. Não temos de ter visões psíquicas do futuro para ter esperança no amanhã da nossa espécie.

Não espero que todos aceitem as minhas visões como reais, mas apenas considerar as suas possibilidades pode lançar uma luz completamente diferente sobre a vida que estamos a viver hoje. O meu objetivo não é necessariamente mudar as crenças das pessoas, mas talvez abrir as suas mentes a outras opções e à ideia de que um futuro melhor é possível para a humanidade e para o planeta. Aqueles que acreditam que vivemos apenas uma vez podem não se importar com o aspeto do mundo daqui a duzentos anos. Se vivermos muitas vidas, então o cenário muda radicalmente. Continuaremos a viver com as consequências da forma como agimos agora.

Embora tenha a certeza de que aquilo que vi virá a acontecer, nunca senti qualquer conflito entre as minhas visões futuras e a crença no livre-arbítrio. É preferível olhar para a vida como um puzzle gigante que começa no primeiro plano (o presente) e se desenvolve até ao céu (o futuro). A maioria das experiências precognitivas é como receber peças fora de sequência — como receber uma peça do céu quando ainda só se chegou à relva ou às árvores — e estes pequenos fragmentos podem apenas fazer pleno sentido à medida que a imagem maior se torna clara.

Na altura de uma visão, posso não ter qualquer indicação dos acontecimentos que ocorrem em qualquer um dos lados da mesma, mas todos os dias nos são dadas mais peças. Talvez cada escolha individual que fazemos na vida faça com que uma peça específica do futuro se torne inevitável, de modo que possa ser prevista, enquanto o resto ao seu redor ainda é fluido e mutável. À medida que preenchemos o resto do puzzle, acredito que temos livre-arbítrio para fazer escolhas e decisões que afetarão todo o quadro, tanto para o indivíduo como para o planeta.

Quando iniciei a minha busca para fundamentar a minha vida futura como Nadia no Nepal, a minha tarefa parecia ser localizar uma área provável e verificar a exatidão dos detalhes que tinha visto dentro de limitações óbvias. Encontrei o que procurava com tanto sucesso quanto

seria possível. A topografia da área, o clima, os costumes, até o solo improvável com o seu tom avermelhado, tudo parecia ser razoável e preciso. No entanto, à medida que continuava, a tarefa em si tornou-se quase incidental face ao impacto emocional e espiritual desta jornada.

Da mesma forma, a minha monitorização contínua das minhas experiências posteriores sob hipnose, tão necessária para manter a objetividade, não travou uma alteração crescente na minha atitude. O que ficou comigo não foi a importância de quaisquer eventos específicos que o futuro pudesse reservar, mas sim um sentido de espírito.

Não estamos isolados no tempo. O nosso presente depende do nosso passado, e o nosso futuro de ambos, passado e presente. Uma das coisas que fazemos a nível individual ao longo do tempo é aprender através da experiência. Temos de cometer erros para nos compreendermos a nós próprios, e apenas agindo podemos criar mudança nas nossas vidas. Precisamos de saber que emoções negativas nos estão a travar antes de podermos deixá-las ir, a fim de desenvolver atitudes mais positivas. Este processo pode dar-nos a oportunidade de enfrentar o futuro mais facilmente.

Se reencarnamos, podemos nascer de novo em qualquer lugar. Isto significa que, atualmente, qualquer regime opressivo, ou maus-tratos a um grupo minoritário por qualquer motivo, ou pobreza localizada, devem ser uma preocupação para todos nós. Se tais condições continuarem, cada um de nós corre o risco de nascer como vítima de opressão em algum momento. A tolerância para com os outros, por muito diferentes que sejam na perspetiva, origem ou crença, é um ethos básico da maioria dos ensinamentos religiosos. Mas, à luz da nossa mudança de vida para vida, durante a qual poderemos ter vivido em muitas culturas e mantido uma variedade de crenças, o significado e a importância da tolerância tornam-se ainda mais claros. A tolerância não consiste apenas em suportar as diferenças das outras pessoas; é a perceção profunda de que, na base, nenhum de nós é realmente diferente ou melhor ou sequer separado do resto da humanidade.

Aceitar o conceito de reencarnação pode ajudar-nos, também, a compreender a importância tanto do perdão como do perdão pessoal, e a apreciar que continuar a carregar um sentimento de culpa ou ressentimento apenas nos pode causar danos. Se tivermos de facto a oportunidade de nos

encontrarmos, repetidamente, com amigos e familiares de vidas passadas, compreender o sentido de continuidade pode ajudar-nos a realizar um melhor trabalho nas nossas relações. Pode também ajudar-nos a ser pacientes. Viveremos mais facilmente connosco próprios quando compreendermos que o nosso tempo não está limitado a uma vida — que há algumas coisas que não podemos apressar e que só acontecerão quando estivermos prontos.

Acredito que, enquanto indivíduos, somos todos afetados pela consciência do grupo como um todo. Assim, uma sociedade pode ter um sentimento de grupo de desespero ou ganância que é prejudicial para todos, ou, de facto, um sentido de esperança e entusiasmo que eleva todo o grupo. Enquanto indivíduos, podemos não estar conscientes destas influências, mas como o nosso futuro depende da mudança, precisamos de nos tornar conscientes delas. Nesta fase da história da humanidade, temos cometido muitos erros no nosso tratamento do ambiente, e estamos apenas a começar a aprender com eles. Em vez de desesperar quanto ao nosso futuro, adotar uma perspetiva positiva pode ajudar a elevar aqueles que nos rodeiam, para que a própria esperança se possa tornar uma força construtiva na criação do nosso futuro.

O futuro que vejo parece promissor, embora existam problemas pelo caminho. Se as minhas visões estiverem corretas, teremos de lidar com o legado da poluição por mais tempo do que muitas pessoas poderiam antecipar. Juntando as visões precognitivas que ocorreram ao longo da minha vida com o que vi sob hipnose, acredito que os próximos cinquenta anos, até cerca de 2050, verão apenas uma mudança gradual.

O aumento da população irá abrandar e, nas sociedades ocidentais, os números reais podem começar a cair. Haverá um aumento na toxicidade da água, especialmente dos mares. Doenças como o cancro e as relacionadas com vírus e bactérias recentemente mutados continuarão a aumentar, embora de forma suficientemente lenta ao início para permanecerem sob algum controlo.

Os problemas com inundações devido ao efeito de estufa serão bastante graduais, mas persistentes. O período mais difícil será provavelmente ao longo dos cem anos seguintes, quando a queda na população se estiver a tornar acentuada, enquanto os níveis de poluição e de doenças relacionadas com a poluição, incluindo defeitos congénitos,

estiverem a aumentar. A esperança média de vida pode até cair durante um período de cerca de cinquenta anos, em parte devido ao aumento do esforço de lutar contra as novas doenças com sistemas imunitários danificados por poluentes e pelo aumento da radiação solar. Depois disso, a taxa de natalidade tornar-se-á marcadamente reduzida.

As alterações populacionais causadas pela infertilidade estarão no seu auge daqui a cerca de duzentos anos, quando a população mundial será apenas uma pequena fração dos seus números atuais. Ao mesmo tempo, os oceanos terão atingido um pico de toxicidade. Mas também vejo esse período, daqui a duzentos anos, como um ponto de viragem. Haverá menos pessoas, mas teremos aprendido com as aflições da poluição e teremos efetuado mudanças na nossa interação com o ambiente para corrigir os nossos erros passados.

Se o que vi for exato, na altura do nascimento da Janice, por volta de 2190, parece haver uma melhoria nas condições de vida e na saúde, embora o cancro continue a ser um problema. A qualidade de vida de cada pessoa ter-se-á tornado uma questão de importância mundial, de uma forma que muitas pessoas desejariam ardentemente que fosse o caso agora. Nesta fase, o ar é muito limpo, embora os oceanos ainda estejam a recuperar, e o problema do ozono parece há muito esquecido; embora a luz solar pareça forte, não será prejudicial. Isto não será a Utopia, mas acredito que teremos atingido uma fase em que tanto o indivíduo como a sociedade se respeitam e trabalham em harmonia um com o outro. Para que esse ponto de viragem chegue, as mudanças precisam de começar hoje. À medida que a sociedade aprende, não só o grupo, mas os indivíduos serão afetados para melhor.

Um mundo visto como uma única energia, no qual existe um equilíbrio entre todas as coisas, não é uma ideia nova. Os nativos americanos, entre outros, tinham uma compreensão muito boa do seu lugar dentro da teia da vida. Durante séculos, viveram de forma a minimizar o seu impacto no ambiente. Pediam permissão aos espíritos antes de cortarem uma árvore ou matarem um animal, e retiravam apenas o que necessitavam; a ganância não era permitida. Não tinham o conceito de propriedade da terra, uma vez que a terra não podia ser mais propriedade dos homens do que o ar ou a água.

Esta forma de compreender a natureza como uma unidade total e interdependente ecoa os meus sentimentos de memória do período entre

vidas e os sentimentos daqueles que tiveram experiências de quase-morte. Sem corpos, consistimos em energia pura, e essa energia parece ser composta principalmente de luz. A luz é a própria essência da energia viva experienciada no estado entre vidas por aqueles que tiveram EQMs ou memórias de vidas passadas: virtualmente todos descreveram uma experiência de luz vibrante e viva. Frequentemente, as pessoas falaram de seres de luz, que estão banhados em luz, brilham com luz ou que são simplesmente luz pura.

Existem descrições de luz arco-íris, por vezes na forma de um jardim colorido percorrido por riachos cintilantes, como se várias frequências de energia de luz existissem lado a lado. Subjacente a tudo está uma energia que pode ser composta pela luz combinada das energias individuais ou pode consistir na sua luz em conjunto com energia adicional. No entanto, dentro deste reino de energia, cada pessoa permanece individual, separada mas conectada.

Um efeito da redução da população será que não teremos de regressar tão rapidamente deste reino de luz para reentrar num corpo físico, e um ritmo mais natural será restaurado ao fluxo e refluxo destes dois estados de vida. É possível que permanecer mais tempo no estado entre vidas possa significar uma maior oportunidade de regressar com alguns dos sentimentos de amor e ligação envolvidos nesse estado, constituindo uma adição positiva à vida física seguinte e àqueles com quem interagimos.

Independentemente do que experienciamos e aprendemos nesse estado repousante entre vidas, estou convencida de que o nosso papel neste planeta é de ação e interação. Quando assumimos corpos físicos, a vida espiritual consiste em aprender a viver em harmonia com o nosso ambiente e uns com os outros. Viver uma vida física dá-nos a oportunidade de enfrentar as exigências do viver e de crescer e aprender. Tudo o que podemos fazer enquanto indivíduos é tentar compreender o nosso papel nos acontecimentos, e tentar tomar a ação correta no momento certo. A nossa responsabilidade partilhada deve ser para com a humanidade em geral.

Olho para a frente com esperança e com entusiasmo, disposta a enfrentar quaisquer desafios que as vidas futuras tragam. Algumas situações, como a queda na população e o aumento da doença, creio que já foram postas em marcha e não podem ser evitadas. Uma população reduzida só pode ser benéfica. Com menos pessoas, haverá menos

probabilidade de fome, sobrelotação, pobreza e abuso. Em termos de história humana, um par de centenas de anos não é muito tempo, mas poderá ser tempo suficiente para percebermos algumas das coisas que precisamos de fazer para garantir que o mundo de amanhã seja o tipo de mundo em que todos poderíamos gostar de viver.

Independentemente do que as visões do futuro possam mostrar, é um futuro que inclui cada um de nós. Ver-nos a nós próprios e aos outros no contexto do tempo que se estende para trás e para a frente através da história e através de muitas vidas pode ajudar-nos a compreender os nossos papéis individuais como interdependentes, e as nossas responsabilidades como universais. As nossas atitudes hoje farão a diferença para o nosso futuro, como indivíduos e como sociedade. Todos podemos fazer do amanhã um lugar de esperança.